

อนุสรณ์
งานพระราชทานเพลิงศพ
รองอำมาตย์ตรี ขุนภักดีราชกิจ
(เสงี่ยม คามณิยานนท์) จ.ช.,จ.ม.

ณ ฌาปนสถาน วัดข่อย
อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี
วันอาทิตย์ที่ ๒๐ เมษายน ๒๕๑๙





อนุสรณ์
งานพระราชทานเพลิงศพ
รองอำมาตย์ตรี ขุนภักดีราชกิจ
[เสงี่ยม คามณิยานนท์] จ.ช.,จ.ม.
ณ ฌาปนสถาน วัดข่อย
อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี
วันอาทิตย์ที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๑๕



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

รองอำมาตย์ตรี ขุนภักดีราชกิจ จ.ช., จ.ม.

(เสงี่ยม คามณิยานนท์)

ชาตะ ๓๐ พฤษภาคม ๒๔๓๖

มรณะ ๒๗ มิถุนายน ๒๕๑๔

ม.ล. ,ม.ร. ศรีการรัตน์ สุนทรศิริ วิชัยการเกษตร

(ชื่อมารดาเดิม เหลือ)

๔๓ ปี มกราคม ๒๔ ๒๔๖๖

๖๑ ปี พฤศจิกายน ๒๕ ๒๕๒๗





ประวัติ



รองอำมาตย์ตรี ขุนภักดีราชกิจ (เสงี่ยม คามณิยานนท์) จ.ช., จ.ม.

เกิดเมื่อปีมะเส็ง วันอังคาร เดือน ๗ เวลากลางคืน ตรงกับวันที่ ๓๐ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๔๓๖ ที่บ้านถนนนอก ตำบลบ้านหม้อ หมู่ที่ ๒ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี มณฑลราชบุรี เป็นบุตรนายบัว และนางแย้ม มีพี่น้องร่วมบิดาเดียวกันคือ นางลูกอิน นายโชติ นางเล็ก นางเทียน นางสุดใจ นายเสริม และนายเชื้อ ซึ่งเกิดจากนางสำฤทธิ์ มารดาเลี้ยง ส่วนพี่น้องที่ร่วมบิดามารดาเดียวกันนั้นคงมีนางสาย ซึ่งเป็นพี่สาว และได้ถึงแก่กรรมเสียเมื่อยังเยาว์ ทั้งยังมีพี่น้องร่วมมารดาเดียวกันคือ ร้อยโทไหว และนางเยี่ยม

ต่อมาได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุที่วัดมหาธาตุ จังหวัดเพชรบุรี ๑ พรรษาเศษ โดยมีเจ้าอธิการฤทธิ์วัดพลับพลาชัยเป็นอุปัชฌาย์ พระสุวรรณมุนีนรสีห์ธรรมทายาท (ฉุย) วัดคงคาราม กับเจ้าคุณพระสุวรรณมุนี (ชิต) วัดมหาธาตุ เป็นคู่สวด พระครูญาณวิสุทธิ (จัน) วัดแก่นเหล็ก เป็นผู้ให้ศีล พระครูญาณเพชรรัตน์ (พุ่ม) สำรองคู่สวด เมื่อวันที่ ๔ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๔๕๘ เวลา ๑๒ นาฬิกา (เที่ยงวัน) นอกจากนั้นเมื่ออายุ ๑๓ ปีได้บรรพชาเป็นสามเณร ที่วัดพลับพลาชัย จังหวัดเพชรบุรี เป็นเวลา ๑๐ วัน โดยมีเจ้าอธิการฤทธิ์ เป็นอุปัชฌาย์

การศึกษา

พ.ศ. ๒๔๔๘ ได้เรียนหนังสือไทยที่โรงเรียนวัดพลับพลาชัย จังหวัดเพชรบุรี ๒ ปี สอบไล่ได้ชั้น ๔ ของปฐมศึกษา

พ.ศ. ๒๔๕๑ เรียนวิชากฎหมายจากสำนักหลวงอุปทานนิติเหตุ เนติบัณฑิต ๓ ปี ที่จังหวัดพระนคร

พ.ศ. ๒๔๕๙ เรียนวิชาปกครอง ณ สำนักพระยาเพชรพิสัยศรีสวัสดิ์ ที่จังหวัดเพชรบุรี ๓ เดือน สอบไล่ได้ เป็นสำรองปลัดอำเภอ

พ.ศ. ๒๔๗๓ อบรมวิชาข้าราชการชั้นสัญญาบัตรที่หอวัง จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จังหวัดพระนคร ในความควบคุมของกระทรวงมหาดไทย ๓ เดือนเศษ สอบไล่ได้เป็นชั้นตรี

การรับราชการ

วันที่ ๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๕๕ เป็นนายตรวจสุรา กรมสรรพสามิตร รับเงินเดือน ๒๐ บาท

วันที่ ๑ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๔๕๘ เป็นเสมียนอำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี รับเงินเดือน ๒๐ บาท

วันที่ ๑ กันยายน พ.ศ. ๒๔๕๙ เป็นเสมียนอำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี รับเงินเดือน ๒๕ บาท

วันที่ ๑ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๕๙ เป็นปลัดอำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี รับเงินเดือน ๔๐ บาท

วันที่ ๑ เมษายน พ.ศ. ๒๔๖๓ เลื่อนขึ้นรับเงินเดือน ๕๐ บาท ในตำแหน่งเดิม

วันที่ ๑ เมษายน พ.ศ. ๒๔๖๖ เลื่อนขึ้นรับเงินเดือน ๖๐ บาท ในตำแหน่งเดิม

วันที่ ๒๘ มกราคม พ.ศ. ๒๔๖๖ เลื่อนเป็นปลัดขวา อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี เงินเดือนเท่าเดิม

วันที่ ๑ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๖๘ ย้ายไปเป็นปลัดขวา อำเภอท่าช้าง (บ้านลาด) จังหวัดเพชรบุรี เงินเดือนเท่าเดิม

วันที่ ๒๗ กันยายน พ.ศ. ๒๔๖๙ ย้ายไปเป็นปลัดขวา อำเภอหนองจอก (ชะอำ) จังหวัดเพชรบุรี เงินเดือนเท่าเดิม

วันที่ ๑ เมษายน พ.ศ. ๒๔๗๒ เลื่อนขึ้นรับเงินเดือน ๘๐ บาทในตำแหน่งเดิม

วันที่ ๑ เมษายน พ.ศ. ๒๔๗๗ ย้ายไปเป็นนายอำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี รับเงินเดือน ๑๓๐ บาท

วันที่ ๑ เมษายน พ.ศ. ๒๔๗๘ เลื่อนขึ้นรับเงินเดือน ๑๔๐ บาทในตำแหน่งเดิม

วันที่ ๓๑ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๔๘๐ ย้ายไปเป็นนายอำเภอฉวาง จังหวัดนครศรีธรรมราช เงินเดือนเท่าเดิม

วันที่ ๑ มิถุนายน พ.ศ. ๒๔๘๐ เลื่อนขึ้นรับเงินเดือน ๑๕๐ บาทในตำแหน่งเดิม

วันที่ ๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๔๘๒ เลื่อนขึ้นรับเงินเดือน ๑๖๐ บาทในตำแหน่งเดิม

วันที่ ๑ มิถุนายน พ.ศ. ๒๔๘๕ ออกจากราชการฐานรับราชการนาน รับเงินบำนาญเดือนละ ๖๐๓ บาท

ราชการพิเศษ

วันที่ ๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๘๐ เป็นกรรมการจัดหาเงินบำรุงกองทัพอากาศ ตามคำสั่งของจังหวัดนครศรีธรรมราช

วันที่ ๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๘๑ เป็นกรรมการจัดหาเงินบำรุงกองทัพอากาศ ตามคำสั่งของจังหวัดนครศรีธรรมราช

วันที่ ๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๘๒ เป็นกรรมการจัดหาเงินบำรุงกองทัพอากาศ ตามคำสั่งของจังหวัดนครศรีธรรมราช

วันที่ ๘ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๘๒ เป็นกรรมการจัดซื้อสวนยาง ในท้องที่จังหวัดนครศรีธรรมราช ตามคำสั่งรัฐมนตรีว่าการกระทรวงเกษตร

วันที่ ๑๓ มิถุนายน พ.ศ. ๒๔๘๓ เป็นกรรมการสำรวจสอบสวนพิจารณาเขตป่าเพื่อสงวนเป็นป่าสงวนคุ้มครองในเขตอำเภอฉวาง จังหวัดนครศรีธรรมราช ตามคำสั่งรัฐมนตรีว่าการกระทรวงเกษตร

วันที่ ๒๙ มิถุนายน พ.ศ. ๒๔๘๓ เป็นกรรมการจัดหาเงินสร้างเครื่องบินทะเล ให้แก่กองทัพเรือ ตามคำสั่งของจังหวัดนครศรีธรรมราช

ความดีความชอบ

พ.ศ. ๒๔๘๑ ได้ชักชวนราษฎรในท้องที่อำเภอฉวาง จังหวัดนครศรีธรรมราช สร้างถนนพูนดินเพื่อให้รถยนต์เดินได้ มีขนาดกว้าง ๘ เมตร ยาว ๓๑ กิโลเมตร หนึ่งสาย ถนนขนาดกว้าง ๘ เมตร ยาว ๒๓ กิโลเมตร หนึ่งสาย และถนนขนาดกว้าง ๖ เมตร ยาว ๓ กิโลเมตร อีกหนึ่งสาย ตลอดจนการสร้างสะพานไม้ข้ามห้วย หนอง คลอง และตามถนนต่าง ๆ รวม ๕๓ สะพาน โดยมิได้ใช้เงินบำรุงท้องที่เลย

พ.ศ. ๒๔๘๒ ได้ชักชวนราษฎรในท้องที่อำเภอฉวาง จังหวัดนครศรีธรรมราช สร้างโรงเรียนประชาบาลอย่างถาวรจำนวน ๑๐ หลัง และอย่างไม่ถาวรจำนวน ๒๑ หลัง

พ.ศ. ๒๔๘๓ ได้ติดต่อขอร้องให้นายไท้ไถ่ คหบดีในท้องที่อำเภอฉวาง จังหวัดนครศรีธรรมราช ช่วยสร้างสุขศาลาชั้น ๒ พร้อมด้วยเครื่องเวชภัณฑ์ เพื่อใช้เป็นประโยชน์แก่ส่วนรวมได้เป็นผลสำเร็จจำนวน ๑ หลัง โดยมิต้องนำเงินงบประมาณของทางราชการมาเป็นค่าใช้จ่ายเลย

พ.ศ. ๒๔๘๓ ได้ดำเนินการชี้แจงความจำเป็นและเรี่ยไรเงินสร้างเครื่องบินทะเลให้แก่กองทัพเรือจนเป็นผลสำเร็จได้ ๑ เครื่อง

เหรียญและเครื่องราชอิสริยาภรณ์

วันที่ ๒ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๕๔ เข็มอัยราพรต

วันที่ ๒๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๖๘ เหรียญบรมราชาภิเษก รัชกาลที่ ๗

วันที่ ๕ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๗๙ เหรียญฉลองพระนครร้อยห้าสิบปี

วันที่ ๒๗ กันยายน พ.ศ. ๒๔๘๓ จัตุรถาภรณ์มงกุฎไทย

วันที่ ๑๘ กันยายน พ.ศ. ๒๔๘๔ จัตุรถาภรณ์ช้างเผือก

พ.ศ. ๒๔๘๖ เหรียญจักรพรรดิมาลา

พ.ศ. ๒๔๙๖ เหรียญบรมราชาภิเษก รัชกาลที่ ๙

ยศและบรรดาศักดิ์

วันที่ ๒๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๖๗ เป็นว่าที่รองอำมาตย์ตรี

วันที่ ๘ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๗๑ เป็นรองอำมาตย์ตรี

วันที่ ๘ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๗๔ ได้รับพระราชทานสัญญาบัตรบรรดาศักดิ์ เป็น "ขุนภักดีราชกิจ"

ความกตัญญูกตเวที

ท่านขุนภักดีราชกิจเป็นผู้ที่มีความกตัญญูกตเวทีต่อบิดามารดาและท่านผู้มีพระคุณเป็นอย่างยิ่ง พยายามรับใช้และให้การเคารพคารวะเต็มตามความสามารถอยู่เป็นการประจำมิได้เคยว่างเว้นเลย สิ่งใดที่อยู่ในวิสัยที่จะปฏิบัติได้แล้วเป็นต้องจัดการทำด้วยความเต็มใจและด้วยความนอบน้อม ไม่เคยล่วงเกินทั้งทางกายและทางวาจา ส่วนจิตใจนั้นเล่าก็มั่นอยู่ในความ

กตัญญูกตเวที แม้ในการดำเนินการนั้นบางคราวจะก่อให้เกิดความลำบากยุ่งยากแก่ตนเองเพียงใดก็มิได้ย่อท้อ พยายามหาหนทางที่จะจัดการให้เสร็จสิ้นจนเป็นที่เรียบร้อยโดยไม่คิดถึงความเหนื่อยยากหรือความยุ่งยากที่ตนจะได้รับเลย นับว่าเป็นตัวอย่างแก่เพื่อนฝูงญาติมิตรผู้ทราบหรือพบเห็นในเรื่องนี้สมควรที่จะได้ดำเนินรอยตาม เพื่อความเจริญรุ่งเรืองสืบไป

การเข้าถึงพระพุทธศาสนา

ตามประวัติย่อที่กล่าวมาแล้วข้างต้นว่า ท่านขุนภักดีราชกิจได้บรรพชาอุปสมบทมาแล้วทั้งเป็นสามเณรและเป็นพระภิกษุนั้น ก็ได้บรรพชาอุปสมบทด้วยความสมัครใจและด้วยความเคารพคารวะต่อพระพุทธศาสนาด้วยความจริงใจจริง ๆ มิใช่อุปสมบทเพียงแต่ตามประเพณีหรือถูกบังคับ ในระหว่างที่อุปสมบทก็ได้พยายามเล่าเรียนศึกษาพระธรรมวินัยและปฏิบัติตนให้ถูกต้องโดยเคร่งครัด และเมื่อลาสิกขาบทออกมาเป็นฆราวาสเพื่อรับราชการแล้วก็คงนำพระธรรมวินัยเหล่านั้นมาเป็นข้อปฏิบัติโดยไม่ทอดทิ้ง

ในขณะที่ยังหนุ่มและรับราชการอยู่ ท่านขุนภักดีราชกิจก็พยายามบริจาคทานรักษาศีลและเจริญภาวนาอยู่ไม่ขาด ในโอกาสใดที่เกิดข้อขัดข้องหรือเกิดภยันตรายเฉพาะหน้าขึ้นแล้ว ได้เจริญพระพุทธคุณพระธรรมคุณและพระสังฆคุณ ก็ทำให้อันตรายที่กำลังเกิดขึ้นนั้นหมดหรือหายไปโดยคาดไม่ถึง จึงทำให้เกิดความมั่นใจในพระพุทธศาสนายิ่งขึ้นจนเกิดความเชื่อถือและเชื่อมั่นไม่เสื่อมคลายหรือลังเลหรือไม่เชื่อถือ และนอกจากนั้นยังได้พยายามเจริญสมถะกรรมฐานให้เกิดสมาธิมีจิตแน่วแน่ ซึ่งเรื่องนี้นอกจากจะช่วยการชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ผ่องใสแล้ว ยังช่วยทำให้การปฏิบัติงานทั้งทางราชการและส่วนตัวได้เป็นไปด้วยดี

ในเมื่อท่านขุนภักดีราชกิจได้ออกจากราชการแล้ว ก็ว่างจากภาระในความรับผิดชอบจากหน้าที่การงานมากขึ้น จึงช่วยส่งเสริมให้ได้เจริญทาน ศีล ภาวนามากขึ้นกว่าเดิม มีการตักบาตรและให้ทานเป็นการประจำ รักษาศีลห้าและศีลแปด เว้นจากอกุศลกรรมทั้งหลาย

นอกจากนั้นได้พยายามเจริญสมถะกรรมฐานจนได้สมาธิแน่วแน่ แล้วจึงได้ศึกษาในด้านวิปัสสนากรรมฐานต่อไปจากท่านพระอาจารย์ที่ควบคุมงานในด้านนี้มีท่านเจ้าคุณพระเทพสิทธิมุนี พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ วัดมหาธาตุ เป็นต้น และยังได้จัดหาหนังสือธรรมเพื่อค้นคว้าและหาความรู้ในทางธรรมอย่างลึกซึ้งจนมีความรู้กว้างขวางในทางพระพุทธศาสนาเป็นอย่างมาก

ท่านขุนภักดีราชกิจมิได้ปฏิบัติในทางธรรมโดยลำพังเพื่อประโยชน์ของตนเองเท่านั้น แต่ได้พยายามสนับสนุนช่วยเหลือให้เพื่อนฝูงญาติพี่น้องลูกหลานได้ปฏิบัติด้วย และหาโอกาสที่เหมาะสมชี้แจงเหตุผลและประโยชน์ที่จะพึงได้รับทั้งในภพนี้และภพหน้าให้ได้ทราบ เพื่อจะได้เข้าใจโดยแน่นอนและซาบซึ้ง ไม่สักแต่จะให้เข้าใจหรือทำตามไปด้วยความเกรงใจ ซึ่งเป็นวิธีที่ไม่ถูกต้องและไม่บังเกิดผลแก่ผู้ปฏิบัติเลย

ครั้งสุดท้ายก่อนที่จะถึงแก่กรรม ได้นำเงินจำนวน ๕,๐๐๐ บาท มามอบให้เป็นมูลนิธิของหนังสือวิปัสสนาสาร สำนักวัดมหาธาตุ เพื่อจัดส่งหนังสือเหล่านี้แจกจ่ายไปตามสำนักวิปัสสนาและพระภิกษุสงฆ์ต่าง ๆ ทั่วประเทศ นับเป็นการเผยแพร่พระพุทธศาสนาอย่างหนึ่งที่สมควรได้รับการยกย่องชมเชยเป็นตัวอย่างที่ดี

ท่านขุนภักดีราชกิจ มีนางแม้นเป็นภรรยาหลัก ซึ่งมีธิดาด้วยกันรวม ๒ คน คือ

๑. นางสงิม รบไว เป็นภรรยาของนายยง รบไว ซึ่งมีบุตรธิดารวม ๔ คน คือ นางสาวระวิวรรณ รบไว นายยิ่งเกียรติ รบไว นายยุทธศักดิ์ รบไว และเด็กชายยรรยงค์ รบไว

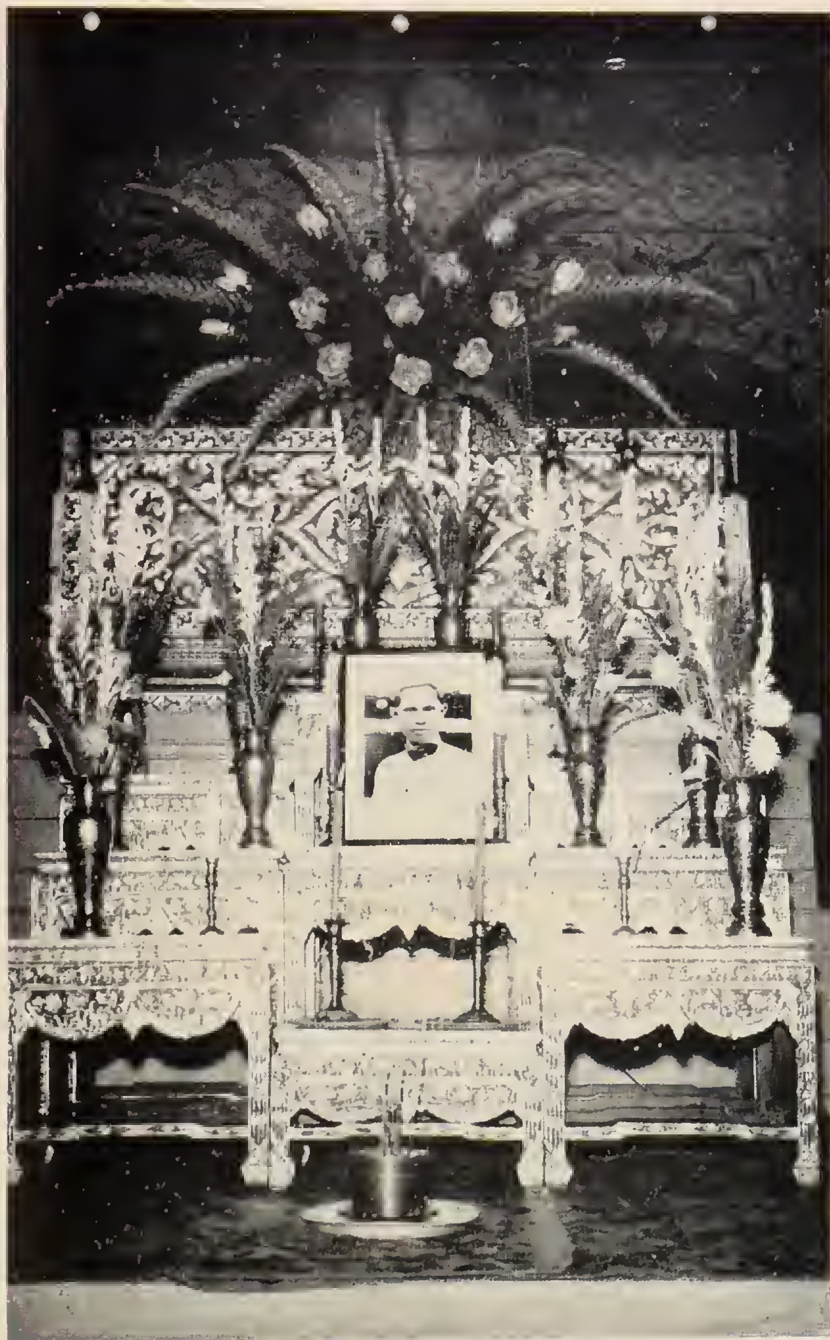
๒. นางศิริงาม อมาตยกุล เป็นภรรยาของนาวาเอก ประมวญ อมาตยกุล ซึ่งมีบุตรธิดารวม ๔ คน คือ นางสาวอารยาพรรณ อมาตยกุล นางสาวอัจฉราพันธุ์ อมาตยกุล นายพงศ์อมาตย์ อมาตยกุล และนายชาติอมร อมาตยกุล

ท่านขุนภักดีราชกิจ ได้พยายามรักษาร่างกายให้เข้มแข็งและแข็งแรงอยู่ตลอดมา เพื่อจะได้ดูแลบุตรธิดาและหลานให้อยู่เย็นเป็นสุข และเพื่อจะได้มีโอกาสเจริญ ทาน ศีล ภาวนาได้นานเพื่อได้เป็นผลบุญทั้งสำหรับภพนี้และภพหน้าต่อไป อย่างไรก็ตาม ร่างกาย

เป็นของไม่เที่ยงแท้ย่อมร่วงโรยทรุดโทรมไปตามระยะเวลาและอายุขัย มีการเกิดดับอยู่เป็นประจำและตลอดเวลาไม่เป็นของที่จะยึดเหนี่ยวเป็นตัวตนและเป็นของเขาของเรา ดังนั้นเมื่อมีอายุมากขึ้น ท่านขุนภักดีราชกิจก็ย่อมมีอาการเจ็บป่วยมากขึ้นเป็นธรรมดา จนกระทั่งสุดท้ายต้องไปป่วยรับการรักษาพยาบาลอยู่ที่โรงพยาบาลประจำจังหวัดเพชรบุรีประมาณ ๓ เดือน ซึ่งท่านผู้อำนวยการและนายแพทย์ตลอดจนนางพยาบาลได้ให้ความช่วยเหลือดูแลรักษาเป็นอย่างดีสมควรที่จะได้รับการขอบคุณและชมเชย ตลอดเวลาที่ป่วยอยู่ที่โรงพยาบาลนี้ ท่านขุนภักดี-ราชกิจก็คงเจริญวิปัสสนากรรมฐานตลอดจนการเดินจงกรมเป็นประจำ จนกระทั่งร่างกายทรุดโทรมอ่อนเพลียเป็นลำดับไม่สามารถจะเดินยืนได้ ต้องนอนอย่างเดียวก็คงพยายามปฏิบัติอยู่โดยไม่ทอดทิ้ง จนเมื่อวันที่ ๒๗ มิถุนายน ๒๕๑๔ ประมาณเวลา ๒๓.๐๐ น. ก็ได้ถึงแก่กรรมไปด้วยอาการสงบ รวมอายุได้ ๗๘ ปี ก่อนที่จะถึงแก่กรรมก็ได้สั่งให้ภรรยาและบุตรธิดาจัดการเกี่ยวกับการบำเพ็ญกุศลและการขอพระราชทานเพลิงศพเป็นที่เรียบร้อย โดยเฉพาะให้ดำเนินในด้านการประหยัด และให้ดำเนินในทางศาสนาให้มาก ไม่จำเป็นจะต้องไปจัดงานให้เป็นการเอิกเกริกซึ่งเป็นการสิ้นเปลืองโดยไม่เหมาะสม สำหรับคืนก่อนที่จะขอพระราชทานเพลิงเผาศพนั้นให้นิมนต์พระภิกษุสงฆ์ตลอดจนแม่ชีและอุบาสกอุบาสิกาซึ่งมีความศรัทธาและเข้าใจในด้านกรรมฐานมานั่งเจริญวิปัสสนากรรมฐานหน้าศพด้วย นับว่าท่านขุนภักดีราชกิจ ได้มั่นอยู่ในพระพุทธศาสนาจนกระทั่งถึงวาระสุดท้ายของชีวิต.



การตั้งศพบำเพ็ญกุศลท่านขุนภักดีราชกิจ



ที่วัดข่อย อำเภอเมือง เพชรบุรี





การบำเพ็ญกุศลทักษิณานุปทาน และการเชิญศพไปเก็บ





ครอบครัวและญาติพี่น้อง



ช่วยการแต่งงานของนางสาวจิราภา อมาตยกุล

ที่บ้านเจริญพาสน์ นครหลวงกรุงเทพธนบุรี

พฤษภกาสร อีกกุญชรอันปลดปลง
โททนต์เสน่งห์คง สำคัญหมายในกายมี
นรชาติวางวาย มลายสิ้นทั้งอินทรีย์
สถิตย์ทั่วแต่ชั่วดี ประดับไว้ในโลกา.



ภักดีราชกิจจานุสรณ์

คราวพระราชทานเพลิงศพท่านขุนภักดีราชกิจ (เสงี่ยม คามณิยานนท์) จ.ช., จ.ม. ณ ฌาปนสถาน วัดข่อย อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี ในวันอาทิตย์ที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๑๕ เจ้าภาพได้ขอให้อาตมาเขียนคำไว้อาลัย เพื่อพิมพ์แจกแก่ผู้มาร่วมงาน จะนับเป็นการให้เกียรติ หรือทำความหนักใจให้แก่ผู้เขียนก็ได้ การเขียนคำไว้อาลัยในผู้ตาย พิมพ์แจกในงานศพ เป็นเรื่องที่นิยมทำกันโดยมากในสมัยนี้ เป็นเรื่องระบายความรู้สึกในผู้ตาย ของผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่ เป็นการประกาศเกียรติคุณของผู้ตาย ที่ได้ทำไว้ให้ปรากฏ เป็นผลกำไรพลอยได้จากคำไว้อาลัย เพราะในคำไว้อาลัยนั้นเอง ล้วนแต่สรรหาเอาแต่คุณความดีของผู้ตายมาพูดกัน ซึ่งแน่นอนว่าในช่วงระยะชีวิตของคน ตั้งแต่เกิดจนตาย คงหาได้ไม่ยากนัก ยิ่งผู้มีอายุยืนนาน ได้ผ่านกิจการมามาก ชีวิตในส่วนดีก็ย่อมมีมากเป็นเงาตามตัว ยิ่งคำไว้อาลัยนั้นส่วนมากคนที่เขียน หรือถูกเกณฑ์ให้เขียน ล้วนแต่คนที่เจ้าภาพแน่ใจ ว่าจะเป็นผู้ที่มองคนตายในแง่ดี ก็ย่อมมีทางหาความดีได้มากเป็นธรรมดา

อาตมา (พระราชสุทธิโมลี) ได้มาพบคุ้นเคยกับท่านขุน ในช่วงเวลาที่ท่านมีชีวิตย่างเข้าสู่วัยชราออกรับบำนาญแล้ว ได้ทราบชีวประวัติของท่านในหนหลังว่า คราวรับราชการเคยเป็นนายอำเภอฉวาง จังหวัดนครศรีธรรมราช ได้ทำประโยชน์ให้แก่ชนถิ่นนั้นมาแล้ว อันประชาราษฎร์นั้น โดยมากได้รับการศึกษาอยู่ในระดับต่ำ จึงเป็นคนเรียบร้อยว่าง่าย ถ้าได้ผู้ปกครองที่ดี วางตนเป็นกันเอง เข้ากับราษฎร์ได้สนิท ช่วยบำบัดทุกข์บำรุงสุข ให้ความร่มเย็นแก่ราษฎร์ ๆ ก็รัก เทิดทูนไว้เหนือเศียรเกล้า แต่ถ้าผู้ปกครองตั้งตนตรงกันข้าม ราษฎร์ก็กลายเป็นคอมมิวนิสต์ไป เพราะมองผู้ปกครองเป็นศัตรู รวมหัวกันต่อต้านไม่ยอม

ร่วมมือในกิจการงาน การงานก็เป็นไปไม่สะดวก ท่านขุนภักดีราชกิจ คราวไปเป็นนายอำเภอฉวาง จังหวัดนครศรีธรรมราช คงจะได้เป็นผู้ปกครองที่ดี ไปอยู่ทำประโยชน์ มุ่งความสงบสุขของราษฎร์เป็นที่ตั้ง จึงทำให้ราษฎร์รัก ให้ความเคารพนับถือ ร่วมมือในกิจการงานด้วยดี จึงไม่ปรากฏว่ามีผู้ก่อการร้ายเกิดขึ้นอย่างปัจจุบันสมัย อยู่ในขั้นว่าเป็นผู้ปกครองที่ดี ใช้ได้ในราชการ ในสมัยออกรับบำนาญ อายุย่างเข้าปัจฉิมวัยรู้สึกตัวว่าเป็นดุจไม้ใกล้ฝั่ง จึงหันเข้าหาความสงบใจ ทำที่พึ่งให้แก่ตนสมควรแก่วัย ยึดเอาถ้ำเขาพนมขวด หลังโรงพยาบาลเพชรบุรี เป็นที่หาความสงบ ในวันพระมักไปนั่งทำกัมมัฏฐานที่นั่นเป็นนิจ ในสมัยต่อมาเมื่อทางราชการจัดสร้างโรงพยาบาลใกล้เขาพนมขวด สถานที่นั้นก็เปลี่ยนเป็นสถานไม่สงบ ประกอบกับสังขารร่างกายไม่อำนวยให้ ไปมาไม่สะดวกอย่างแต่ก่อน จึงงดใช้สถานที่นั้น หันมาใช้บ้านเป็นที่ทำกัมมัฏฐานหาความสงบใจ ถ้าใครจะสงสัยว่า ทำไมท่านขุนจึงไม่ไปหาความสงบใจที่วัด ถ้าจะให้ตอบสมตามสภาพของวัดในปัจจุบันนี้ ซึ่งมีอยู่โดยมากตอบได้เลยทีเดียวว่า วัดในปัจจุบันนี้ หาที่วิเวกไม่ค่อยจะได้ เพราะวัดในเมืองเป็นที่อยู่ของผู้มุ่งการศึกษาเล่าเรียน ทั้งพระทั้งสามเณรตลอดถึงศิษย์วัด ต่างมุ่งการศึกษาเล่าเรียนกันทั้งนั้น เป็นสถานที่เรียนทั้งฝ่ายคดีโลกและคดีธรรม และผู้มุ่งเล่าเรียนเหล่านั้นเล่า ต่างก็มุ่งเรียนเพื่อออก ไม่ใช่ออกจากวัฏฏทุกข์ แต่ออกจากวัดไปอยู่บ้าน ในเมื่อจบการศึกษาแล้วถือเอาวัดเป็นเพียงหอพักพิงชั่วคราว นอกจากนั้น เนื่องจากวัดเป็นที่รวมศิลปกรรมของชาติไว้ทุกด้าน จึงกลายเป็นสถานที่เที่ยวของประชาชนจนหาความสงบได้ยาก เพราะเหตุนี้เอง คนผู้ต้องการความสงบจริง ๆ อย่างท่านขุน จึงไม่ชอบเข้าวัด ชอบเอาบ้านเป็นวัด เพื่อหาความสงบใจ อาตมามาอยู่เพชรบุรี ๒๐ ปี ไม่เคยเห็นท่านขุนเข้าวัดไหน เพิ่งเข้าเมื่อนำศพไปเก็บไว้ที่วัด แต่ผู้อ่านอย่าเข้าใจว่า ท่านขุนไม่มีศรัทธาในพระศาสนา แม้วัดนอกจะไม่เข้า แต่เข้าวัดใน คือ วัตรทานวัตรศีลวัตรภาวนา ใส่บาตรพระเณรเป็นนิตยทาน รักษาศีลเป็นนิจศีล ทำใจให้สงบเป็นนิจภาวนา นับว่าได้บูชาพระพุทธศาสนา ทั้งส่วนอามิสบูชาและปฏิบัติบูชาที่พระองค์ทรงสรรเสริญ นอกจากนั้นยังส่งเสริมในด้านการเผยแผ่พระศาสนา

ออกทุนรับหนังสือธรรมจักษุและวิปัสสนาสารเป็นต้นถวายวัด เพื่อให้พระเณรผู้สนใจในธรรมะได้อ่านเพิ่มความรู้ในทางธรรม สรุปความตามที่กล่าวมาถึงชีวประวัติของท่านขุน เท่าที่อาตมาเห็นและหยิบยกมากล่าวเพียงเล็กน้อย เพื่อร่วมคำไว้อาลัยแจกในงาน ตามความต้องการของเจ้าภาพ และเพื่อสนองบุญคุณของท่านขุนในอวสานกาลแห่งชีวิตของท่าน

ในที่สุดหยุดคำไว้อาลัย ขอตั้งใจแน่วแน่อธิษฐาน ขอคุณพระรัตนตรัยจงบันดาล และด้วยเดชแห่งศีลทานภาวนา จงอำนวยสรรพสุขสวัสดี บังเกิดมีแก่ท่านขุนในภพหน้า ขอเชิญดวงวิญญาณท่านจงมา อนุโมทนาประสาทพร ให้ทายาททุกคนในโลกนี้ จงเปรมปรีสุโขสโมสร ให้มีความพร้อมเพรียงอย่าเกี่ยงงอน จะถาวรในคุณธรรมประจำใจ แล้วร่วมจิตคิดถึงคุณท่านผู้จาก ที่ได้ฝากไว้ให้เป็นไฉน เลือกเก็บดีที่ท่านทำประจำใจ จะปลอดภัยอยู่รอดตลอดกาล อันตระกูลจะดำรงคงอยู่ได้ เพราะน้ำใจพันผูกของลูกหลาน อย่าก่อเรื่องกวนใจให้ร้าวราน ขอให้ท่านจงเป็นสุขทุกคนเทอญ.

ท. จารุวํโส
วัดมหาสมณาราม เพชรบุรี

อาลัย

แด่



ท่านขุนภักดีราชกิจ เป็นผู้ที่มีความกตัญญูกตเวทีต่อบิดามารดาและผู้มีพระคุณเป็นอย่างยิ่ง ไม่เคยกระทำหรือแม้แต่มีความคิดที่จะล่วงเกินบิดามารดาเลยจนตลอดชีวิตท่านมีความมั่นคงและความสำนึกในพระเดชพระคุณและพยายามที่จะรับใช้ตอบแทนพระคุณท่านตลอดเวลาทั้งทางตรงและทางอ้อม สิ่งใดที่ได้รับคำสั่งมาจากบิดามารดาแล้วจะถือเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่จะต้องพึงปฏิบัติโดยไม่มีการคลาดเคลื่อน ด้วยเหตุนี้เองจึงทำให้ท่านขุนสามารถปฏิบัติงานต่าง ๆ ทั้งราชการและส่วนตัวได้ด้วยความเรียบร้อยและปลอดภัยตลอดมาซึ่งน่าจะเป็นตัวอย่างอันดีแก่บุตรหลานที่จะพึงถือปฏิบัติตาม โดยเฉพาะดิฉันและบรรดาบุตรธิดาของท่านขุนภักดีราชกิจ

ในระหว่างที่รับราชการนับตั้งแต่ตำแหน่งน้อยจนกระทั่งเป็นนายอำเภอนั้น ท่านขุนได้ปฏิบัติงานด้วยความเที่ยงธรรม ถือประโยชน์ที่ราชการจะพึงได้รับ และพร้อมกันให้ประชาชนที่อยู่ในความปกครองมีความสุขสบายสมตามอัตตภาพเป็นหลักสำคัญ ไม่ปรากฏที่จะปฏิบัติงานเพื่อเห็นแก่ตัวหรือเพื่อให้เกิดประโยชน์ทางส่วนตัวโดยไม่เหลียวแลผู้น้อยซึ่งอยู่ในบังคับบัญชาและในปกครองเลย ด้วยสาเหตุในการปฏิบัติงานเช่นนี้จึงทำให้เกิดความขัดแย้งหรือก่อให้เกิดความไม่สบอารมณ์ต่อผู้อื่น หรือผู้บังคับบัญชาได้ทั้งมากและน้อยจนกระทั่งต้องออกจากราชการฐานรับราชการนานไป แต่อย่างไรก็ตาม นับว่าท่านขุนได้สร้างเกียรติประวัติในความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ราชการที่ได้รับมอบหมาย และรับผิดชอบไว้อย่างน่าชื่นชมตลอดเวลาที่รับราชการท่านขุนได้พยายามหาความรอบรู้ให้แก่ตนเองทั้งจากหลักตำรา จากการศึกษาเพิ่มเติมและจากประสบการณ์ การได้รับพระราชทาน เครื่องราชอิสริยาภรณ์ชั้นจัตุรถาภรณ์ช้างเผือกและมงกุฎไทยนี้ก็เป็นเครื่องยืนยันอย่างหนึ่งถึงความสามารถในหน้าที่

ในระหว่างที่ท่านขุนยังรับราชการอยู่นั้นก็มีจิตใจผูกพันและมุ่งมั่นในการปฏิบัติตนในทางพระพุทธศาสนาอยู่ไม่น้อย แต่ความคร่ำเคร่งในการรับผิดชอบต่อหน้าที่การงานยังเป็นอุปสรรคมิให้ปฏิบัติได้อย่างเต็มที่ เมื่อออกจากราชการแล้วจึงมีเวลาว่างเพียงพอสำหรับเจริญ

ทาน ศีล ภาวนาได้อย่างเต็มที่มากขึ้น ปรากฏว่าท่านขุนได้พยายามสืบเสาะหาความรู้จากท่านอาจารย์ผู้ทรงความรอบรู้ในด้านพระพุทธศาสนาและในด้านกรรมฐานอยู่ตลอดเวลา และสุดท้ายได้เป็นศิษย์ในการเจริญสมถและวิปัสสนากรรมฐานของท่านเจ้าคุณพระเทพสิทธิมุนี พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ วัดมหาธาตุ ทำให้การเจริญศีล สมาธิ ปัญญาและการเจริญกรรมฐานได้เป็นไปด้วยดีจนบังเกิดผลแก่ท่านขุนเองทั้งในภพนี้และภพหน้า นอกจากนี้ท่านขุนยังได้บริจาคทรัพย์สินเงินทองเพื่อทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาและให้เป็นทานอยู่ตลอดเวลาจนกระทั่งสิ้นชีวิตไปโดยไม่เสียดายเลย ในขณะที่ท่านขุนกำลังป่วยอยู่ที่โรงพยาบาลและอาการหนักขึ้นตามลำดับนั้น ก็ไม่ได้ละเลยหรือเพิกเฉยต่อการเจริญกรรมฐาน คงปฏิบัติอยู่ตลอดเวลาในทุกโอกาสที่สามารถทำได้ เพื่อมุ่งให้บรรลุมรรคผลนิพพานได้ในที่สุด

ในด้านครอบครัวนั้นท่านขุนพยายามให้การเลี้ยงดูเป็นอย่างดีและทั่วถึงแม้ตนเองจะลำบากหรือป่วยเจ็บก็ยังคงพยายามดูแลสั่งเสียให้บุตรภรรยาและผู้อยู่ในความปกครองได้อยู่เย็นเป็นสุข มีการศึกษาที่ดี มีความเรียบร้อยในการครองชีวิตและดำรงวงศ์ตระกูลต่อไป โดยเฉพาะได้สั่งกำชับมิให้ทอดทิ้งในการบำเพ็ญกุศลและการเจริญทาน ศีล ภาวนา เพื่อที่จะได้เกิดประโยชน์แก่ตนเองทั้งในภพนี้และภพหน้า พ้นจากอกุศลกรรมและกองกิเลสทั้งหลาย

บัดนี้ท่านขุนได้สิ้นชีวิตไปแล้วด้วยความสงบ อันแสดงให้เห็นถึงความมั่นคงในเจริญภาวนา วิญญาณของท่านขุนจะได้ไปสู่สุคติในสัมปรายภพสมตามที่ปรารถนา บุญกุศลที่ทั้งท่านขุนได้กระทำมาด้วยตนเองและที่บุตรภรรยาญาติมิตรได้กระทำให้นั้น จงเป็นพลวปัจจัย ดลบันดาลให้ท่านขุนมีความเจริญและมีความสุขตลอดไปในทุกภพทุกชาติ.

แม้น ภักดีราชกิจ

สงิม รบไว

ศิริงาม อมาตยกุล

บ้านหน้าเขาวัง ถนนราชวิถี เพชรบุรี

๓๐ เมษายน ๒๕๑๕

กำหนดการบำเพ็ญกุศล พระราชทานเพลิงศพ และบรรจุอัฏฐิ
รองอำมาตย์ตรี ขุนภักดีราชกิจ (เสงี่ยม คามณิยานนท์) จ. ช., จ. ม.
ณ จังหวัดเพชรบุรี

วันเสาร์ที่ ๒๙ เมษายน ๒๕๑๕ ที่วัดข่อย อำเภอเมือง

เวลา ๑๕.๐๐ น.	เชิญศพมาตั้งในศาลา เพื่อบำเพ็ญกุศลทักษิณานุปทาน
เวลา ๑๙.๐๐ น.	นิมนต์พระสงฆ์วัดมหาสมณาราม ๔ รูป สวดพระอภิธรรม
เวลา ๒๑.๐๐ น.	นิมนต์พระสงฆ์วัดข่อย ๔ รูป สวดพระอภิธรรม
เวลา ๒๓.๓๐ น.	นิมนต์พระสงฆ์ สามเณร และเชิญแม่ชีและอุบาสกอุบาสิกา ที่มีจิตศรัทธามาเจริญสมถวิปัสสนากรรมฐาน ในบริเวณศาลาที่ตั้งศพ เพื่อแผ่เมตตาและบุญกุศลให้แก่ท่านขุนภักดีราชกิจ สำหรับเวลาเลิกนั้นสุดแต่ศรัทธาและความเหมาะสมของแต่ละท่าน

วันอาทิตย์ที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๑๕ ที่วัดข่อย อำเภอเมือง

เวลา ๐๘.๐๐ น.	นิมนต์พระสงฆ์สวดพระอภิธรรม พระสงฆ์เจริญสมถ-กรรมฐาน และพระภิกษุสามเณรวัดข่อยทั้งวัด ฉันภัตตาหารเช้า ณ บริเวณศาลาที่ตั้งศพ
เวลา ๑๐.๐๐ น.	นิมนต์พระสงฆ์ ๑๐ รูป สวดพระพุทธมนต์ในศาลาที่ตั้งศพ
เวลา ๑๑.๐๐ น.	นิมนต์พระสงฆ์สวดพระพุทธมนต์ พระสงฆ์แสดงพระธรรมเทศนาและสวดธรรมบรรยาย และพระภิกษุสามเณรวัดข่อยทั้งวัด ฉันภัตตาหารเพล

เวลา ๑๒.๐๐ น.	พระสงฆ์สวดพระพุทธมนต์บังสุกุล แล้วถวายเครื่องจัตุปัจจัยไทยธรรม
เวลา ๑๓.๐๐ น.	นิมนต์ท่านเจ้าคุณพระราชสุทธิโมลี แสดงพระธรรมเทศนา ๑ กัณฑ์ แล้วพระสงฆ์วัดมหาสมณาราม ๔ รูป สวดธรรมบรรยาย ถวายเครื่องกัณฑ์เทศน์ และเครื่องจัตุปัจจัยไทยธรรม
เวลา ๑๔.๓๐ น.	นิมนต์พระสงฆ์ ๒๐ รูปสวดมาติกาบังสุกุล
เวลา ๑๖.๐๐ น.	พระราชทานเพลิงศพ พระสงฆ์วัดข่อย ๔ รูป สวดหน้าเพลิง

วันจันทร์ที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๑๕ ที่วัดข่อย อำเภอเมือง

เวลา ๐๘.๐๐ น.	นิมนต์พระสงฆ์วัดข่อย ๔ รูป บังสุกุลอัฏฐิ แล้วเก็บอัฏฐิใส่ในโกศหิน แล้วเชิญไปยังวัดมหาสมณาราม
	ที่วัดมหาสมณาราม อำเภอเมือง
เวลา ๑๐.๐๐ น.	นิมนต์พระสงฆ์ ๑๐ รูปเจริญพระพุทธมนต์
เวลา ๑๑.๐๐ น.	ถวายภัตตาหารเพล
เวลา ๑๒.๐๐ น.	พระสงฆ์ที่เจริญพระพุทธมนต์บังสุกุลอัฏฐิ แล้วเชิญอัฏฐิไปบรรจุไว้ในพระเจดีย์ภายในวัดมหาสมณาราม
	พระสงฆ์ทั้งนั้นสวดชัยมงคลคาถา ๑ จบเพื่อความเป็นศิริมงคล ทั้งแก่ท่านขุนภักดีราชกิจ ตลอดจนบุตรภรรยาญาติมิตรที่ไปในงานนั้นถวายเครื่องจัตุปัจจัยไทยธรรม แล้วพระสงฆ์อนุโมทนา
	เสร็จพิธีในประมาณเวลา ๑๔.๐๐ น.



ทางไปนิพพาน

ทางไปนิพพาน

โดย

ท่านเจ้าคุณพระเทพสิทธิมุนี

พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ วัดมหาธาตุ

คำว่า "ทาง" มีความหมายได้ ๒ อย่าง คือ **ปกติมคฺโค** ทางปกติ ได้แก่ทางบก ทางน้ำ เป็นต้น สำหรับคนและสัตว์เดิน ๑ **ปฏิปทามคฺโค** ทางปฏิบัติ ได้แก่บุญบาปที่คนทำ สำหรับกาย วาจา ใจเดิน ๑

ปฏิปทามคฺโค จำแนกออกเป็น ๕ สาย คือ

๑. **ทางสายไปอบายภูมิทั้ง ๔** ได้แก่ความทุศีลหรืออกุศลกรรมบถ ๑๐ มี โลภะ โทสะ โมหะ เป็นมูล

๒. **ทางสายไปมนุษยภูมิ** ได้แก่มนุษยธรรม คือ ศีล ๕ หรือ กุศลกรรมบถ ๑๐

๓. **ทางสายไปกามาวจรสวรรค์ ๖ ชั้น** ได้แก่มหากุศลจิต ๘ ดวง ที่มีหิริและโอตตัปปะเป็นอธิบดี เช่น ให้ทาน ฟังธรรม สร้างโบสถ์ วิหาร การเปรียญ โรงพยาบาล โรงเรียน เป็นต้น

๔. **ทางสายไปพรหมโลก ๒๐ ชั้น** ได้แก่การเจริญสมถกรรมฐาน มีกรรมฐาน ๔๐ อย่างใดอย่างหนึ่งเป็นอารมณ์ คือ กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุธาตุววัฏฐาน ๑ อรูปกรรมฐาน ๔

๕. **ทางสายไปพระนิพพาน** ได้แก่การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เอาปรมัตถธรรม คือรูปนามเป็นอารมณ์

ในทาง ๕ สายนั้น สายที่ ๕ เป็นทางแห่งสันติ ที่ประสงค์ในที่นี้ และอีกอย่างหนึ่ง เรียกว่า **"เอกายนมรรค"** ที่ได้ชื่อเช่นนี้ เพราะอรรถหลายอย่าง ดังนี้ –

๑. เพราะเป็นทางสายเดียว ไม่ใช่ทาง ๒ แพร่ง

๒. เพราะเป็นทางไปคนเดียว คือต้องละหมู่ไปอยู่ในที่สงัด ปฏิบัติแต่ผู้เดียว

๓. เพราะเป็นที่ไปของท่านผู้ประเสริฐสุดองค์เดียว คือสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธ-เจ้า โดยเหตุที่พระองค์เป็นผู้ทรงค้นพบด้วยพระองค์เอง

๔. เพราะมีอยู่ในที่แห่งเดียว คือ มีอยู่ในพระพุทธศาสนาแห่งเดียว มิได้มีในศาสนาอื่น

๕. เพราะไปสู่ที่แห่งเดียว คือไปสู่พระนิพพานแห่งเดียวเท่านั้น ดังพระบาลีว่า

"จตฺตาโรเม ภิกฺขเว สติปฏฺฐานา ภาวิตา พหุลีกตา เอกนฺตนิพฺพิทาย วิราคาย นิโรธาย อุปสมาย อภิญฺญาย สมฺโพธาย นิพฺพานาย สํวตฺตติ"

"ภิกษุทั้งหลาย สติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ ที่บุคคลลงมือเจริญปฏิบัติเต็มที่แล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความเบื่อหน่าย เพื่อคลายความกำหนัด เพื่อความดับสนิท เพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อพระนิพพาน โดยส่วนเดียว"

"เสยฺยถาปิ ภิกฺขเว คงฺคานที ปาจีนนินฺนา ปาจีนโปณา ปาจีนปพฺภารา เอวเมว โข ภิกฺขเว จตฺตาโร สติปฏฺฐาเน ภาเวนฺโต สติปฏฺฐาเน พหุลีกโรนฺโต นิพฺพานนินฺโน โหติ นิพฺพานโปโณ นิพฺพานปพฺภาโร"

"ภิกษุทั้งหลาย แม่น้ำคงคาย่อมไหลไป หลั่งไป ถั่งไปสู่ทิศปราจีนแม้ฉันใด ภิกษุเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ ปฏิบัติสติปัฏฐานทั้ง ๔ เต็มที่แล้ว ย่อมน้อมไป โน้มไป เงื้อมไปสู่พระนิพพานฉันนั้น นั่นแล"

คำถาม – คำตอบ

ถาม ขันธ์ ๕ ที่เป็นปัจจุบัน ซึ่งย่อลงเป็นรูปธรรม นามธรรมนั้น เกิดที่ไหน เมื่อไร และดับไปที่ไหน เมื่อไร ?

ตอบ เกิดที่อายตนะภายใน ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และที่อายตนะภายนอก ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ เมื่อเวลาตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส กายถูกเย็น ร้อน อ่อน แข็ง ใจนึกคิดธรรมารมณ์ และดับที่เดียวกันกับเกิด เมื่อเกิดแล้วก็ดับไปทันที

ถาม โลภะ โทสะ โมหะ เกิดที่ไหน เมื่อไร ?

ตอบ เกิดที่อายตนะภายในภายนอกนี้แหละ เกิดเมื่อขณะตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส กายถูกเย็น ร้อน อ่อน แข็ง ใจนึกคิดธรรมารมณ์ เช่น ขณะตาเห็นรูป ชอบใจรูป เป็นโลภะ ไม่ชอบใจรูป เป็นโทสะ ไม่มีสติกำหนดรู้รูปตามไปเป็นโมหะ แม้ขณะหูฟังเสียงเป็นต้น ก็ทำนองเดียวกันนี้

ถาม เมื่อโลภะ โทสะ โมหะ ยังเกิดได้อยู่ คนจะพ้นจากอบายภูมิได้ไหม เพราะเหตุใด ?

ตอบ พ้นไม่ได้ เพราะไม่มีอะไรเป็นเครื่องประกันได้เลย

ถาม ถ้าเช่นนั้น ทำอย่างไรจึงจะพ้นจากอบายภูมิได้อย่างเด็ดขาด ?

ตอบ ต้องเดินตามทางสายไปพระนิพพานจึงจะพ้นได้เด็ดขาด

ถาม ทางสายไปพระนิพพาน ได้แก่อะไร ?

ตอบ ได้แก่การเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ แบบวิปัสสนาภาวนา คือ กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา ธัมมานุปัสสนา

ถาม พระพุทธเจ้าได้ตรัสแสดงทางสายไปพระนิพพานนี้ไว้อย่างไร และมีต้นเหตุเป็นมาอย่างไร ?

ตอบ สมัยพุทธกาล เมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จประทับอยู่ที่กัมมาสทัมนิคม แคว้นกุรุ ทรงปรารภชนชาวกุรุรัฐเป็นต้นเหตุ แล้วตรัสเทศนาการเจริญสติปัฏฐาน โดยมีนิทานสังเขปดังต่อไปนี้

ชนชาวกุรุรัฐนั้น ทั้งภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา สามารถรับฟังพระธรรมเทศนาอันสุขุมคัมภีรภาพได้ เพราะมีอุตุ มีอาหารเป็นที่สบาย มีร่างกายและจิตใจอันเหมาะสม พระพุทธองค์ทรงเห็นเหตุนั้นจึงได้ตรัสแสดงมหาสติปัฏฐานสูตร ซึ่งมีอรรถอันลึกซึ้ง เปรียบเหมือนบุรุษได้หีบทองคำ แล้วก็บรรจุรัตนะ ๘ ประการลงไปฉะนั้น พระพุทธองค์พอได้บริษัทชาวกุรุรัฐ ก็ทรงแสดงธรรมเทศนาอันสุขุมคัมภีรภาพ คือ สติปัฏฐานทั้ง ๔ ทันที

ตามปกติ พุทธบริษัทชาวกุรุรัฐนั้นพากันเจริญสติปัฏฐานเป็นประจำอยู่แล้ว จนชั้นที่สุดทาส กรรมกร ก็สนทนากันแต่เรื่องสติปัฏฐานทั้งนั้น ที่ท่าน้ำและสำนักงานต่าง ๆ เช่น

ที่ทอผ้าเป็นต้น ก็สนทนากันแต่ในเรื่องสติปัฏฐาน เมื่อหญิงใดถูกถามว่า หล่อนเจริญสติปัฏฐานข้อไหน ถ้าตอบว่าไม่ได้เจริญ ประชาชนจะพากันติเตียนว่า ถึงเธอมีชีวิตอยู่ก็เหมือนกับคนตายแล้ว แล้วสอนไม่ให้ประมาทอีกต่อไป และนำให้เจริญสติปัฏฐานข้อใดข้อหนึ่ง ถ้าหญิงใดตอบว่า ได้เจริญสติปัฏฐานข้อใดข้อหนึ่ง มีกายานุปัสสนาเป็นต้น ประชาชนก็พากันให้สาธุการถึง ๓ ครั้งว่า สาธุ! สาธุ! สาธุ! แล้วก็สรรเสริญชมเชยว่า ชีวิตของเธอเป็นอยู่ดีแล้ว ชื่อว่าบรรลุถึงความเป็นคนอย่างแท้จริง พระพุทธเจ้าทรงอุบัติมาเพื่อประโยชน์แก่เธอโดยแท้ ดังนี้ เพราะเหตุดังกล่าวมา เราได้ประสบพบพระพุทธศาสนาแล้ว สมควรแท้ที่จะพากันปฏิบัติธรรม เพื่อให้พ้นจากอบายภูมิอย่าให้เสียทีไปเปล่า ๆ ถ้าวาสนาบารมีแก่กล้าก็จะสามารถได้บรรลุมรรคผล ตามสมควรแก่อุปนิสัยของตน ๆ ดังพุทธนิพนธ์ภาษิตว่า:–

"เอกธมฺโม ภิกฺขเว ภาวิโต พหุลีกโต โสตาปตฺติผลสจฺฉิกิริยาย สํวตฺตติ สกทาคามิผลสจฺฉิกิริยาย สํวตฺตติ" เป็นต้น ความว่า ภิกษุทั้งหลาย ธรรมอย่างเอกที่บุคคลเจริญแล้วปฏิบัติเต็มที่แล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อทำให้แจ้งโสดาปัตติผล สกทาคามิผล อานาคามิผล อรหัตตผล ธรรมอย่างเอกคืออะไร? คือ กายคตาสติ ฯลฯ

"อมตนฺเต ภิกฺขเว น ปริภุญฺชนฺติ เย กายคตาสตึ น ปริภุญฺชนฺติ อมตนฺเต ภิกฺขเว ปริภุญฺชนฺติ เย กายคตาสตึ ปริภุญฺชนฺติ" ความว่า ภิกษุทั้งหลาย ชนเหล่าใดไม่ได้เจริญกายคตาสติ ชนเหล่านั้นไม่ได้บริโภคอมตธรรม ชนเหล่าใด เจริญกายคตาสติ ชนเหล่าได้บริโภคอมตธรรม ดังนี้เป็นต้น

ถาม ชั้นต้นมีข้อวัตรปฏิบัติ อันผู้ปฏิบัติควรจะทราบอย่างไรบ้าง?

ตอบ มีข้อวัตรปฏิบัติควรจะทราบดังต่อไปนี้

๑. ข้อที่ผู้ปฏิบัติละเว้นเสียไม่ได้ ๓ อย่าง คือ

๑) อุปนิสสยะ อยู่ในสำนักอาจารย์ผู้สามารถ

๒) อารักขะ รักษาอินทรีย์ ๖ ให้บริบูรณ์

๓) อุปนิพัทธะ ผูกจิตไว้ในสติปัฏฐานทั้ง ๔

๒. หน้าที่ของผู้ปฏิบัติ คือ –

๑) ทำความเพียรประกอบด้วยองค์ ๔ คือ ตั้งใจไว้อย่างแน่วแน่ว่า ถ้าไม่ได้ถึงธรรมวิเศษด้วยกำลังเรี่ยวแรงด้วยความเพียร ด้วยความบากบั่นแล้ว จะไม่ท้อถอยหยุดความเพียรเสีย ถึงแม้ว่าเลือดเนื้อจะเหือดแห้งไปเหลืออยู่แต่หนังเอ็นกระดูกก็ตามที เราจะยอมเสียสละกำลังทุกส่วนเพื่อแลกเอามรรค ผล นิพพาน

๒) กินน้อย นอนน้อย พูดน้อย

๓) สำรวม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

๔) จะทำอะไรทุกอย่าง เช่น ยืน เดิน นั่ง นอน เป็นต้น ให้ทำช้า ๆ

๕) ขณะเคลื่อนไหวอิริยาบถต่าง ๆ ให้มีองคคุณ ๓ คือ **ให้มีความเพียร ให้มีสตินึก ให้มีสัมปชัญญะ** รู้สึกพร้อมกันไป ตัวอย่างเช่น พยายามเดินจงกรม พยายามกำหนด ไม่เห็นแก่หลับนอนหรือเหน็จเหนื่อย นี้เรียกว่ามีความเพียร ทุก ๆ ขณะที่จะก้าวมีสตินึกก่อน นี้เรียกว่ามีสติ ขณะก้าวไปทีละนิด ๆ ก็รู้พร้อมอยู่ นี้เรียกว่ามีสัมปชัญญะ

๓. ข้อที่ผู้ปฏิบัติควรเว้น คือ–

๑) กมฺมารามตา มัวไปเอาธุระกับการงานต่าง ๆ เช่น เขียนหนังสือ ดูหนังสือ อ่านหนังสือ เป็นต้น

๒) นิทฺทารามตา มัวเห็นแต่แก่นอน คือ นอนมาก ทำความเพียรน้อย ผู้ปฏิบัตินอนวันละ ๔ ชั่วโมงเป็นอย่างมาก

๓) ภสฺสารามตา มัวแต่คุยกัน แส่หาเพื่อนพูดเพื่อนคุย ไม่ตั้งใจกำหนด

๔) สงฺคณิการามตา พอใจคลุกคลีอยู่กับหมู่ ไม่ชอบอยู่ตามลำพัง

๕) อคุตฺตทฺวารตา ไม่สำรวมทวาร ๖ ด้วยดี

๖) โภชเน อมตฺตญฺญูตา ไม่รู้ประมาณในโภชนะ คือ กินมากเกินพอดี อีก ๕ คำจะอิ่มให้หยุด เป็นพอดี

๗) ยถาวิมุตฺตํ จิตฺตํ น ปจฺจเวกฺขติ จิตจับอารมณ์ใด ไม่กำหนดจิตในอารมณ์นั้น หรือจิตหลุดไปโดยอาการใด ไม่กำหนดรู้โดยอาการนั้น

๔. เมื่อจิตเป็นสมาธิดีแล้ว ควรปฏิบัติดังนี้ คือ–

ให้เดินจงกรมเพียง ๑ ชั่วโมง ต่อแต่นั้นให้นั่ง กำหนดโดยทวีขึ้นไปตามลำดับตั้งแต่ ๓๐ นาทีเป็นต้นไปจนถึง ๑ ชั่วโมง หรือหลายชั่วโมง ตามสมควรแก่กำลังความสามารถ

๕. พยายามประคองศรัทธา กับปัญญาวิริยะ กับสมาธิ ให้เป็นไปโดยสม่ำเสมอเท่า ๆ กัน

ถ้าให้วิริยะยิ่ง สมาธิหย่อน **อุทธัจจะ** คือ ความฟุ้งซ่านก็จะเข้าครอบงำ ตัวอย่างเช่น เวลากำหนดว่า พองหนอ ยุบหนอ นั่งหนอ ถูกหนอ พอถึงตอนที่ถูก ถ้าตามกำหนดไม่ทัน พยายามบังคับเพื่อให้ทัน เช่นนี้เรียกว่า วิริยะยิ่งไป ความฟุ้งซ่านก็จะเกิดขึ้น

ถ้าให้สมาธิยิ่ง วิริยะหย่อน **ถีนมิทธะ** คือ ความง่วง ก็จะเข้าครอบงำ

ถ้าให้ศรัทธายิ่ง ปัญญาหย่อน **โลภะ** ก็จะเข้าครอบงำ

ถ้าให้ปัญญายิ่ง ศรัทธาหย่อน **วิจิกิจฉา** ก็จะเข้าครอบงำ

ประคองสติให้อยู่กลาง คอยตัดส่วนที่ยิ่ง เติมส่วนที่หย่อน ผ่อนผันให้สม่ำเสมอกัน เหมือนนายสารถีคอยประคองม้าคู่ให้วิ่งไปสม่ำเสมอกัน ฉะนั้น

๖. วิธีทำอินทรีย์ให้สม่ำเสมอกัน คือ–

๑) เมื่อเดินจงกรม จงเดินช้า ๆ กำหนดให้ได้ปัจจุบันทุก ๆ ขณะ สติจับอยู่ที่ส้นเท้า หรือปลายเท้า อย่าให้เผลอ ให้ทอดสายตาไปประมาณ ๔ ศอก เมื่อเดินจงกรมไม่เผลอ เวลานั่งย่อมได้สมาธิดี เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้ว ย่อมรู้ตามความเป็นจริง

๒) เมื่อเดินจงกรมแล้ว ให้นั่งกำหนดต่อไป จงอย่าบังคับหรือฝืนจนเกินไป เช่นง่วงเต็มที่แล้วไม่นอน เหนื่อยมาก กำหนดไม่ได้แล้วก็ยังฝืนกำหนด **เช่นนี้เป็นอัตตกิลมถานุโยค** แต่อย่าปล่อยให้ย่อหย่อนจนเกินไป เช่น จิตอยากจะทำอะไร ก็ปล่อยให้ทำไปตามอำนาจของกิเลส เช่นนี้เป็น **กามสุขัลลิกานุโยค** จงทำให้พอดีกับกำลัง ไม่ต้องบังคับหรือฝืนจนเกินไป และไม่ปล่อยให้ทำตามอำนาจกิเลส อย่างนี้เรียกว่า **มัชฌิมาปฏิปทา**

๗. ทำสติให้ติดต่อกันดุจเส้นด้าย

เช่น เวลาเดินแล้วนั่งกำหนด อย่าให้สติขาดตอน ทำให้ช้า ๆ อย่ารีบร้อน

ถาม กิจที่ควรรู้ก่อนเข้าปฏิบัติ มีอะไรบ้าง ? โปรดอธิบายด้วย

ตอบ มีหลายอย่าง ดังต่อไปนี้ คือ

กิจที่ควรรู้และควรทำก่อนเข้าปฏิบัติ

ก. **การเตรียมตัวก่อนเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน**

๑. ทำใบสมัครยื่นต่อผู้อำนวยการ หรือผู้เป็นประธานในสถานที่นั้น ๆ
๒. เมื่อได้รับอนุญาตแล้ว ให้ติดต่อขอห้องที่จะเข้าปฏิบัติต่อเจ้าหน้าที่
๓. ชำระสถานที่ให้สอาด
๔. เตรียมของใช้สอยเท่าที่จำเป็น เช่น ที่นอน หมอน มุ้ง เป็นต้น

ข. **ตัดปลิโพธิกังวล ๑๐ ประการ คือ–**

๑. **อาวาสะ** ได้แก่ที่อยู่ ถ้าเป็นพระสงฆ์ โดยมากก็ห่วงวัด ห่วงการก่อสร้างปฏิสังขรณ์เสนาสนะ ห่วงเครื่องใช้สอยต่าง ๆ ถ้าเป็นฆราวาส ก็ห่วงเรือน ห่วงของ ห่วงครอบครัว เป็นเหตุให้จิตไม่เป็นสมาธิได้ ดังนั้น จึงต้องตัดกังวลในเรื่องนี้ก่อน

๒. **กุละ** ได้แก่ตระกูลญาติ หรือตระกูลอุปฐาก ถ้าเป็นพระสงฆ์หรือสมภารเจ้าวัด โดยมากก็ห่วงพวกที่ได้เคยมาช่วยอุดหนุนถวายอุปการะ ห่วงพระผู้หลักผู้ใหญ่ที่ได้มาอาศัยบ่อย ๆ ถ้าเป็นฆราวาส ก็ห่วงตระกูล บิดา มารดา บุตร ธิดา สามี ภรรยา ญาติพี่น้อง ถ้ายังมีห่วงอยู่ จิตไม่เป็นสมาธิได้ง่าย ดังนั้นจึงต้องพยายามตัดกังวลข้อนี้อีก

๓. **ลาภะ** ได้แก่ปัจจัย ๔ ถ้าเป็นพระสงฆ์ โดยมากก็ห่วงเทศน์ สวดมนต์ บังสุกุล งานศาสนพิธีต่าง ๆ รับแขก เช่น อุบาสก อุบาสิกา ข้าราชการ บุตรธิดาข้าราชการ เป็นต้น ถ้าเป็นฆราวาสก็ห่วงอาชีพต่าง ๆ เช่น ขายข้าว ขายถ่าน ค้าขาย เก็บค่าเช่า ดอกเบี้ย ค่านา ค่าสวน เป็นต้น ถ้ามีกังวลอยู่ จิตก็ไม่เป็นสมาธิ ดังนั้นจึงต้องตัดกังวลข้อนี้อีก

๔. **คณะ** คือห่วงคณะนักเรียน ที่กำลังศึกษาพระสูตร พระวินัย พระ-อภิธรรมอยู่ ห่วงการสอน ถ้าจะเลิกเสียก็สงสารศิษยานุศิษย์เหล่านั้น เลยไม่ได้โอกาสบำเพ็ญสมณธรรม ถ้าเป็นฆราวาสโดยมากห่วงอันโตชนบ้าง ปริวารชนบ้าง เพื่อนฝูงบ้าง เจ้านายผู้ใหญ่บ้าง ถ้ามีกังวลอยู่เช่นนี้ จิตก็ไม่เป็นสมาธิได้ง่าย ดังนั้นจึงต้องตัดกังวลข้อนี้อีก

๕. **กัมมะ** ได้แก่การก่อสร้าง สำหรับพระสงฆ์ โดยมากห่วงการสร้างโบสถ์ วิหาร ศาลาการเปรียญ กุฏี เป็นต้น กังวลอยู่ด้วยการไปหาอิฐ หาปูน หาเสา เที่ยวบอกบุญญาติโยมให้ช่วยเหลือก่อสร้างอยู่เนืองนิตย์ สำหรับฆราวาส โดยมากก็ห่วงการสร้างบ้านบ้าง ปลูกห้องแถวบ้าง ปลูกตึกให้เช่าบ้าง จะต้องวิ่งหาเครื่องอุปกรณ์ต่าง ๆ เช่น กระดาน เสา ตาปู เป็นต้น ถ้ายังมีกังวลเช่นนี้อยู่ จิตจะไม่เป็นสมาธิโดยง่าย ดังนั้นจึงต้องตัดกังวลข้อนี้อีก

๖. **อัทธานะ** ได้แก่การเดินทางไกลกันดาร สำหรับพระสงฆ์ โดยมากก็ห่วงเรื่องต่าง ๆ เช่น อยากไปดูการพระศาสนาตามจังหวัดต่าง ๆ บ้าง ไปดูงานพระบาทบ้าง งานไหว้พระบ้าง ไปรถยนต์บ้าง รถไฟบ้าง เรือยนต์บ้าง เรือไฟบ้าง สำหรับฆราวาส ก็ห่วงการเดินทางไกล ไปต่างประเทศบ้าง ไปต่างจังหวัดบ้าง จำเป็นจะต้องเตรียมข้าวของ เครื่องกิน เครื่องใช้ในการเดินทาง ถ้ามีกังวลเช่นนี้อยู่จิตก็ไม่เป็นสมาธิได้ง่าย ดังนั้นจึงต้องตัดกังวลข้อนี้อีก

๗. **ญาติ** ได้แก่ผู้ที่เป็นญาติกันโดยตรงและผู้ที่คุ้นเคยกัน สำหรับพระสงฆ์ โดยมากก็ห่วงอาจารย์ อุปัชฌาย์ สัทธิวิหาริกอันเตวาสิก ผู้ร่วมอุปัชฌาย์อาจารย์กัน และบิดามารดา พี่สาว น้องสาว พี่ชาย น้องชาย เป็นต้น สำหรับฆราวาส ก็ห่วงญาติพี่น้อง ลูก หลาน สามี ภรรยา บุคคลผู้คุ้นเคยกัน ถ้ายังมีกังวลเช่นนี้อยู่ จิตก็ไม่เป็นสมาธิได้ง่าย ดังนั้นจึงต้องตัดกังวลข้อนี้อีก

๘. **อาพาธะ** ได้แก่โรคอย่างใดอย่างหนึ่งเบียดเบียน มัวแต่กังวลอยู่ในการที่จะรักษาโรคภัยไข้เจ็บของตน กลัวโรคจะกำเริบบ้าง กลัวจะเป็นลมบ้าง เป็นไข้บ้าง จะไปหายาบ้าง ไปหาหมอบ้าง เมื่อวิตกไป จิตก็ไม่เป็นสมาธิได้ ถ้ายังมีกังวลอยู่เช่นนี้ ก็ต้องพยายามตัดเสียก่อนจึงจะเข้าปฏิบัติได้

๙. **คันถะ** ได้แก่การศึกษาเล่าเรียน ย่อมเป็นกังวลแก่ผู้กำลังเรียน กำลังสอน มัวแต่ห่วงการเรียน ห่วงการสอน มิได้ห่วงตนเอง ถ้ายังมีกังวลเช่นนี้อยู่ จิตก็ไม่เป็นสมาธิได้ง่าย ดังนั้นจึงต้องตัดกังวลข้อนี้อีก

๑๐. **ฤทธิ** ได้แก่ฤทธิของปุถุชน ย่อมเป็นสิ่งที่บริหารได้ยาก ดุจข้าวกล้าอ่อน ย่อมวิบัติไปด้วยโทษเพียงเล็กน้อย อนึ่ง คำว่า "ฤทธิ" นั้น หมายถึงอำนาจด้วย เช่น บุคคลที่เป็นใหญ่เป็นโต มีอำนาจวาสนามาก มีฤทธิศักดานุภาพ เป็นต้น ถ้ายังมีความห่วงฤทธิ ห่วงอำนาจวาสนา ความเป็นใหญ่เป็นโตนั้นอยู่ สมาธิก็เกิดได้ยาก ดังนั้นจึงต้องตัดกังวลข้อนี้อีก

สรุปความว่า ทั้ง ๑๐ ข้อนี้ เรียกว่า **ปลิโพธกังวล** ย่อมเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรม เพราะจิตห่วง ถ้ายังมีความห่วงอยู่ มากหรือน้อยก็ตาม จิตย่อมเป็นสมาธิได้ยาก **ฉะนั้น** ผู้ที่จะเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานทุก ๆ คนต้องตัดปลิโพธกังวล ๑๐ ประการนี้เสียก่อน แล้วจึงเข้าปฏิบัติ จะได้ปัจจุบันเร็ว สมาธิจะเกิดง่าย และได้ผลไวดีด้วย

ค. **เลือกหาสถานที่** สถานที่สมควรแก่การปฏิบัติมี ๕ ประการ คือ–

๑. **นาติทูรํ นาจฺจาสนฺนํ คมนาคมสมฺปนฺนํ** ที่ไม่ไกลนัก ไม่ใกล้นัก มีการไปมาสดวกดี ไม่ห่างจากหมู่บ้านมากนัก ย่อมเหมาะแก่การปฏิบัติ ทำให้การปฏิบัติได้ผลเร็ว เพราะถ้าสถานที่เปลี่ยวมาก ใจคอจะนึกหวั่น ๆ กลัว ๆ อาจเป็นภัยในการปฏิบัติ ทำให้การปฏิบัติไม่เกิดผลดีก็ได้

๒. **ทิวา อปฺปากิณฺณํ รตฺตึ อปฺปนิคฺโฆสํ** กลางวัน มีคนสัญจรไปมาน้อย กลางคืน มีเสียงน้อย เงียบสงัดดี

๓. **อปฺปฑํสมกสวาตาตปสิรึสปสมฺผสฺสํ** มีเหลือบ ยุง ลม แดด สัตว์เลื้อยคลาน และริ้น ไร รบกวนน้อย

ตสฺมึ โข ปน เสนาสเน วิหรนฺตสฺส อกสิเรเนว อุปฺปชฺชนฺติ **จีวรปิณฺฑปาตเสนาสนคิลานปจฺจยเภสชฺชปริกฺขารา** เมื่อผู้ปฏิบัติอยู่ในสถานที่นั้น ปัจจัย ๔ คือ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ ยาแก้ไข้ เป็นของหาได้ง่าย ไม่ฝืดเคือง

๔. ตสฺมึ โข ปน เสนาสเน เถรา ภิกฺขู วิหรนฺติ พหุสฺสุตา อาคตคมา ธมฺมธรา วินยธรา มาติกาธรา เต กาเลน กาลํ อุปสงฺกมิตฺวา ปริปุจฺฉติ ปริปญฺหติ อิทํ ภนฺเต กถํ อิมสฺส โก อตฺโถ ตสฺส เต อายสฺมนฺโต อวิวฏํ เจว วิวรนฺติ อนุตฺตานีกตญฺจ อุตฺตานึ กโรนฺติ อเนกวิหิเตสุ จ กงฺขฏฺฐานีเยสุ ธมฺเมสุ กงฺขํ ปฏิวิโนเทนฺติ

ในสถานที่นั้น มีพระเถระที่เป็นพหุสูต แตกฉานเชี่ยวชาญในพระปริยัติธรรมดี ทรงธรรม ทรงวินัย ทรงมาติกา ผู้ปฏิบัติเข้าไปหาท่าน ตามกาลอันควร ไล่เลียงไต่ถามท่านว่า บทนี้เป็นอย่างไร ? มีใจความว่าอย่างไรขอรับ ? อธิบายว่า ผู้ปฏิบัติได้โอกาสเรียนถามอาจารย์ได้ทุกเมื่อ ในเวลาที่เกิดมีสภาวะหรือความสงสัยข้องใจขึ้นมา ย่อมเรียนถามได้ว่า อารมณ์อย่างนี้ กำหนดอย่างนี้ ปฏิบัติอย่างนี้ ถูกหรือไม่ขอรับ เป็นต้น ท่านจะเปิดเผยข้อลี้ลับ และข้อที่ยังไม่กระจ่างให้กระจ่างแจ่มแจ้งจนหมดข้อข้องใจสงสัยในธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งความสงสัยหลายอย่างหลายประการแก่ผู้ปฏิบัติ

สถานที่ อันประกอบด้วยคุณลักษณะดังที่กล่าวมานี้ สมควรแก่การเจริญวิปัสสนากรรมฐานเป็นอย่างยิ่ง ย่อมจะเป็นไปพร้อม เพื่อประโยชน์โสตถิผลแก่ผู้ปฏิบัติผู้หวังสันติอย่างแท้จริง

ฆ. เลือกหาท่านผู้สมควรเป็นอาจารย์

คำว่า "อาจารย์" นั้น มีความหมายได้หลายอย่าง ดังนั้น เพื่อประโยชน์แก่การศึกษาและการปฏิบัติ จึงควรทราบดังต่อไปนี้

๑. หมายความว่า "ผู้บำเพ็ญประโยชน์แก่ศิษย์" ดังอรรถวิเคราะห์ว่า

สิสฺสานํ หิตํ อาจรตีติ อาจริโย ผู้ใดบำเพ็ญประโยชน์แก่ศิษย์ทั้งหลาย ผู้นั้นชื่อว่า "อาจารย์"

๒. หมายความว่า "ผู้อันศิษย์พึงประพฤติตามและพึงปฏิบัติอุปัฏฐากโดยเคารพเอื้อเฟื้อ" ดังอรรถวิเคราะห์ว่า

อาทเรน จริตพฺโพ อุปฏฺฐาตพฺโพติ อาจริโย ผู้ใดอันศิษยานุศิษย์ทั้งหลายพึงประพฤติตาม และพึงปฏิบัติอุปัฏฐากโดยเคารพ เอื้อเฟื้อ ผู้นั้นชื่อว่า "อาจารย์"

๓. หมายความว่า "ผู้ประพฤติประโยชน์เกื้อกูลต่อศิษย์ โดยความเป็นหลักเป็นประธาน" ดังอรรถวิเคราะห์ว่า

อนฺเตวาสิกานํ หิตํ มุเขน อาจรติ ปวตฺตตีติ อาจริโย ผู้ใดย่อมประพฤติประโยชน์ต่ออันเตวาสิก โดยแนะนำพร่ำสอนให้รู้ประโยชน์ในปัจจุบัน ประโยชน์ในภพหน้า และประโยชน์อย่างยิ่ง คือพระนิพพาน ผู้นั้นชื่อว่า "อาจารย์"

๔. หมายความว่า "อันผู้ที่มอบกายถวายตัวเป็นศิษยานุศิษย์ พึงเคารพเชื่อฟังปฏิบัติอุปัฏฐากตั้งแต่ต้นจนสุดท้าย" ดังอรรถวิเคราะห์ว่า

อาทิโต ปฏฺฐาย จริตพฺโพ อุปฏฺฐาตพฺโพติ อาจริโย ผู้ใด อันผู้มอบกายถวายตัวเป็นศิษยานุศิษย์แล้ว พึงตั้งอยู่ในโอวาท พึงปฏิบัติตาม และพึงปฏิบัติอุปัฏฐากตั้งแต่ต้นจนตลอด ผู้นั้นชื่อว่า "อาจารย์"

สรุปความว่า คำว่า "อาจารย์" นั้น หมายความว่า ผู้ทำประโยชน์แก่ศิษย์ ผู้ที่ศิษย์พึงเชื่อฟังและพึงปฏิบัติตามโดยเอื้อเฟื้อ ผู้แนะนำพร่ำสอนให้ศิษย์รู้ประโยชน์ภพนี้ ภพหน้าและประโยชน์อย่างยิ่ง คือพระนิพพาน ผู้ที่ศิษย์พึงเอาใจใส่ปรนนิบัติ ตั้งแต่ต้นจนตลอดไป

ดังนั้น ผู้ที่จะเป็นครูเป็นอาจารย์นั้น ต้องเป็นมิตรที่ดีงาม ต้องอยู่ในฝักฝ่ายแห่งบุคคลผู้เจริญ แสวงหาแต่ประโยชน์โดยส่วนเดียว และจะต้องประกอบด้วยคุณสมบัติหลายประการ ตามหลักฐานในวิสุทธิมัคค์ว่า

ปิโย ครุภาวนีโย วตฺตา จ วจนกฺขโม
คมฺภีรญฺจ กถํ กตฺตา โน จฏฺฐาเน นิโยชเย

มีอรรถาธิบายดังต่อไปนี้ คือ –

๑. ปิโย เป็นผู้มีศีลเป็นที่รัก เป็นที่รักใคร่ของพุทธบริษัท เพราะเป็นผู้มีศีลสมบูรณ์ด้วยศีล

๒. ครุ เป็นผู้มีใจคอหนักแน่น ควรเคารพนับถืออย่างยิ่ง

๓. **ภาวนีโย** เป็นผู้ได้ฝึกฝนอบรมตนมาดีแล้ว ทั้งการเรียนและการปฏิบัติ เพียบพร้อมไปด้วยศีลาจารวัตรอันดีงาม ควรแก่การยกย่อง สรรเสริญ สักการะบูชา เป็นอย่างสูง

๔. **วตฺตา** เป็นผู้สามารถชี้แจงแสดงไขแนวทางแห่งการปฏิบัติได้ดีและถูกต้อง

๕. **วจนกฺขโม** เป็นผู้มีขันติอดทนต่อการแนะนำพร่ำสอนศิษยานุศิษย์ ไม่เข้าใจก็พยายามให้เข้าใจตามแนวทางแห่งการปฏิบัตินั้น และอดทนต่อการกล่าวล่วงเกินของมวลศิษย์และผู้อื่น ไม่หวั่นไหวต่ออิฏฐารมณ์และอนิฏฐารมณ์นั้น ๆ

๖. **คมฺภีรญฺจ กถํ กตฺตา** สามารถแสดงวิปัสสนาภูมิ ทั้ง "วิธีอันดับ" และ "วิธีสันโดษ" ให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจได้ คือสามารถแสดงขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจจ์ ๔ ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ แก่ผู้ปฏิบัตินั้น ๆ ได้ เช่นนี้เรียกว่า "วิธีอันดับ"

ส่วน "วิธีสันโดษ" นั้น เช่น ผู้ที่มาวันนี้ ชั่วโมงนี้ นาทีนี้ ประสงค์จะทำวิปัสสนา ก็สามารถสอนให้ทำได้ในทันที โดยไม่ต้องผ่านการเรียนปริยัติมามาก แต่มิได้หมายความว่า ไม่ได้เรียนปริยัติ เรียนอยู่ คือเรียนในขณะนั้น ลงมือปฏิบัติในขณะนั้นเรียกว่า เรียนน้อยแต่ทำมาก เช่น ให้เรียนว่า เวลาเดิน ให้กำหนดว่า "ขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ" เวลานั่ง ให้กำหนดท้องที่พองที่ยุบว่า "พองหนอ ยุบหนอ" เป็นต้น

๗. **โน จฏฺฐาเน นิโยชเย** บอกทางถูกให้ คืออาจารย์นั้นทราบสิ่งที่เป็นประโยชน์และมิใช่ประโยชน์ของศิษย์ ด้วยปัญญาตามความเป็นจริง เป็นผู้มีใจเด็ดเดี่ยวในการบำเพ็ญประโยชน์นั้น กับศิษย์จากสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ด้วยวิริยะ ให้ศิษย์ดำรงอยู่ในทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์ สัมปรายิกัตถประโยชน์ และปรมัตถประโยชน์

ท่านผู้ที่ประกอบด้วยคุณสมบัติ ๗ ประการนี้ สมควรเป็นครู เป็นอาจารย์โดยแท้

นอกจากที่กล่าวมานี้ ท่านพระฎีกาจารย์ ยังได้แสดงคุณสมบัติของท่านผู้สมควรเป็นครูอาจารย์ไว้อีก ปรากฏในมหาฎีกา ดังต่อไปนี้

๑. **สทฺธาสมฺปนฺโน โหติ** เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธา คือ เชื่อต่อพระปัญญาตรัสรู้ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เชื่อกรรม เชื่อผลของกรรม ตั้งใจบำเพ็ญประโยชน์ต่อพุทธบริษัท

๒. **สีลสมฺปนฺโน** ถึงพร้อมด้วยมรรยาทอันดีงาม

๓. **สุตสมฺปนฺโน** ถึงพร้อมด้วยการศึกษา สามารถแสดงแนวทางแห่งการปฏิบัติได้ดี

๔. **จาคสมฺปนฺโน** ถึงพร้อมด้วยการบริจาค เป็นนักเสียสละ มักน้อย สันโดษชอบสงัด ไม่คลุกคลีด้วยหมู่คณะ

๕. **วิริยสมฺปนฺโน** ถึงพร้อมด้วยความเพียร คือได้เคยปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมาแล้ว

๖. **สติสมฺปนฺโน** ถึงพร้อมด้วยสติ คือ ได้เคยเจริญสติปัฏฐาน ๔ มาแล้ว

๗. **สมาธิสมฺปนฺโน** ถึงพร้อมด้วยสมาธิ คือ มีจิตตั้งมั่น ไม่ฟุ้งซ่าน เพราะกำลังแห่งสมาธิภาวนา

๘. **ปญฺญาสมฺปนฺโน** ถึงพร้อมด้วยปัญญา คือ รู้ไม่ผิด เพราะแสวงหาคติธรรมที่เป็นกุศล ทราบชัดด้วยปัญญาของตนว่า สิ่งนี้เป็นประโยชน์ สิ่งนี้ไม่เป็นประโยชน์ต่อพุทธบริษัท แล้วมีจิตแน่วแน่ไม่เอนเอียงในประโยชน์นั้น เพราะกำลังแห่งสมาธิที่สั่งสมมาเป็นมูลฐาน ห้ามพุทธบริษัทจากสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ด้วยความเพียรความพยายามของตนชักนำให้ดำรงอยู่ในประโยชน์โดยฝ่ายเดียว

ท่านผู้ทรงคุณสมบัติเห็นปานนี้ เรียกว่า "กัลยาณมิตร" สมควรเป็นครู เป็นอาจารย์ของกุลบุตรผู้หวังบุญกุศล และหวังผลคือสันติโดยแท้

ปุพพภาค และ วิธีสมาทานกรรมฐาน

๑. ในวันที่จะเข้ากรรมฐานนั้น ให้เตรียมดอกไม้ธูปเทียน ไปทำวัตรหรือถวายสักการะผู้อุปถัมภ์ หรือผู้ที่เป็นประธานในสถานที่นั้น ๆ

๒. ถวายสักการะต่อท่านอาจารย์ผู้ให้พระกรรมฐาน

๓. จุดธูป เทียน บูชาพระรัตนตรัย

๔. ถ้าเป็นพระสงฆ์ให้แสดงอาบัติก่อน ถ้าเป็นอุบาสก อุบาสิกา ให้สมาทานศีลก่อน โดยมากสมาทานศีล ๕–๘

๕. มอบกายถวายตัวต่อพระรัตนตรัย และต่อท่านอาจารย์ ดังต่อไปนี้

อิมาหํ ภควา อตฺตภาวํ ตุมฺหากํ ปริจฺจชามิ

ข้าแต่สมเด็จพระผู้มีพระภาค ข้าพระองค์ขอมอบกายถวายตัวต่อพระพุทธ พระธรรมและพระสงฆ์ เพื่อเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

อิมาหํ อาจริย อตฺตภาวํ ตุมฺหากํ ปริจฺจชามิ

ข้าแต่ท่านอาจารย์ กระผมขอมอบกายถวายตัวต่อท่าน เพื่อเจริญวิปัสสนา-กรรมฐานในโอกาสต่อไปนี้

๖. ขอพระกรรมฐาน ดังต่อไปนี้

นิพฺพานสฺส เม ภนฺเต สจฺฉิกรณตฺถาย กมฺมฏฺฐานํ เทหิ

ข้าแต่ท่านอาจารย์ผู้เจริญ ขอท่านอาจารย์จงให้กรรมฐานแก่กระผม เพื่อประโยชน์แก่การกระทำให้แจ้งซึ่งมรรคผลนิพพานต่อไป

๗. แผ่เมตตา ดังต่อไปนี้

อหํ สุขิโต โหมิ นิทฺทุกฺโข โหมิ เอเวโร โหมิ อพฺยาปชฺโช โหมิ อนีโฆ โหมิ สุขี อตฺตานํ ปริหรามิ

ขอให้ข้าพเจ้าจงถึงสุข นิราศทุกข์ ไม่มีเวร ไม่มีความเดือดร้อน ไม่มีความลำบาก มีความสุข รักษาตนอยู่เถิด

สพฺเพ สตฺตา สพฺเพ ปาณา สพฺเพ ภูตา สพฺเพ ปุคฺคลา สพฺเพ อตฺตภาวปริยาปนฺนา สพฺเพ อิตฺถิโย สพฺเพ ปุริสา สพฺเพ อริยา สพฺเพ อนริยา สพฺเพ เทวา สพฺเพ มนุสฺสา สพฺเพ วินิปาติกา อเวรา อพฺยาปชฺชา อนีฆา โหนฺตุ สุขี อตฺตานํ ปริหรนฺตุ

ขอสัตว์ทุกจำพวก ตั้งแต่เป็นกลละไป สัตว์มีชีวิต สัตว์ที่ปรากฏเห็นชัด บุคคลทุกท่าน สัตว์ที่มีอัตตภาพทั้งมวล หญิง ชาย พระอริยะ ปุถุชน เทวดา มนุษย์ และอสูรทั้งปวง จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่มีความเดือดร้อน ไม่มีความลำบาก มีความสุข รักษาตนอยู่เถิด

สพฺเพ ปุรตฺถิมาย ทิสาย สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ
ขอสัตว์ทั้งปวงในทิศตะวันออก จงถึงสุขเถิด
สพฺเพ ทกฺขิณาย ทิสาย สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ
ขอสัตว์ทั้งปวงในทิศใต้ จงถึงสุขเถิด
สพฺเพ ปจฺฉิมาย ทิสาย สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ
ขอสัตว์ทั้งปวงในทิศตะวันตก จงถึงสุขเถิด
สพฺเพ อุตฺตราย ทิสาย สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ
ขอสัตว์ทั้งปวงในทิศเหนือ จงถึงสุขเถิด
สพฺเพ ปุรตฺถิมาย อนุทิสาย สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ
ขอสัตว์ทั้งปวงในทิศอาคเนย์ จงถึงสุขเถิด
สพฺเพ ทกฺขิณาย อนุทิสาย สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ
ขอสัตว์ทั้งปวงในทิศหรดี จงถึงสุขเถิด
สพฺเพ ปจฺฉิมาย อนุทิสาย สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ
ขอสัตว์ทั้งปวงในทิศพายัพ จงถึงสุขเถิด
สพฺเพ อุตฺตราย อนุทิสาย สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ
ขอสัตว์ทั้งปวงในทิศอีสาน จงถึงสุขเถิด
สพฺเพ เหฏฺฐิมาย ทิสาย สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ
ขอสัตว์ทั้งปวงในทิศเบื้องล่าง ตั้งแต่มนุสสโลกจนถึงอเวจีนรก จงถึงสุขเถิด
สพฺเพ อุปริมาย ทิสาย สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ
ขอสัตว์ทั้งปวงในทิศเบื้องบน ตั้งแต่มนุสสโลกจนถึงพรหมโลก จงถึงสุขเถิด
สพฺเพ สตฺตา สพฺพทุกฺขา ปมุญฺจนฺตุ

ขอสรรพสัตว์ จงพ้นจากทุกข์ทั้งปวงเถิด

สพฺเพ สตฺตา ลทฺธสมฺปตฺติโต มา วิคจฺฉนฺตุ

ขอสรรพสัตว์ จงอย่าพลัดพรากจากสมบัติของตนเลย

สพฺเพ สตฺตา กมฺมสฺสกา โหนฺติ

สัตว์ทั้งหลายเป็นผู้มีกรรมเป็นของตน

กมฺมทายาทา มีกรรมเป็นทายาท

กมฺมโยนี มีกรรมเป็นกำเนิด

กมฺมพนฺธู มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์

กมฺมปฏิสรณา มีกรรมเป็นที่พึ่ง

ยํ กมฺมํ กริสฺสนฺติ จักกระทำกรรมอันใดไว้ กลฺยาณํ วา ปาปกํ วา ดีก็ตาม ชั่วก็ตาม ตสฺส ทายาทา ภวิสฺสนฺติ จักต้องได้รับผลของกรรมนั้นแน่นอน

๘. เจริญมรณานุสสติกรรมฐาน ว่าดังนี้

อทฺธุวํ เม ชีวิตํ ชีวิตของเราไม่แน่นอน ความตายของเราแน่นอน เราต้องตายแน่ เพราะชีวิตของเรามีความตายเป็นที่สุด ชีวิตไม่เที่ยง ความตายเที่ยงที่สุด เป็นโชคอันดี ที่เราได้เข้ามาปฏิบัติวิปัสสนาในโอกาสบัดนี้ ไม่เสียทีที่ได้เกิดมาประสบพบพระพุทธศาสนา

๙. ปฏิญาณตนต่อพระพุทธเจ้า พร้อมทั้งเหล่าพระสาวก ดังต่อไปนี้

เยเนว ยนฺติ นิพฺพานํ　　พุทฺธา เตสญฺจ สาวกา

เอกายเนน มคฺเคน　　สติปฏฺฐานสญฺญินา

พระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ พระอัครสาวกซ้ายขวา พระมหาสาวก ๘๐ พระองค์ พระอรหันตสาวกทั้งหลาย ได้ดำเนินไปแล้วสู่พระนิพพานด้วยสายทางใด ทางสายนั้น คือ สติปัฏฐานทั้ง ๔ อันเป็นทางสายเดียว ซึ่งนักปราชญ์ราชบัณฑิตรู้ทั่วถึงกันแล้ว ข้าพเจ้าขอตั้งสัจปฏิญาณว่า จะประพฤติปฏิบัติจริง ๆ เพื่อให้ได้บรรลุมรรคผลนิพพาน ตามสติปัญญาของตน ๆ ณ โอกาสต่อไปนี้

๑๐. อิมาย ธมฺมานุธมฺมปฏิปตฺติยา รตนตฺตยํ ปูเชมิ
ข้าพเจ้าขอบูชาพระรัตนตรัย ด้วยการปฏิบัติธรรม สมควรแก่ธรรมนี้

๑๑. อทฺธา อิมาย ปฏิปตฺติยา ชาติชราพฺยาธิมรณาทีหิ ปริมุญฺจิสฺสามิ
ข้าพเจ้าจักพ้นจากชาติทุกข์ ชราทุกข์ พยาธิทุกข์ และมรณทุกข์ เป็นต้น ด้วยการปฏิบัตินี้แน่นอน

๑๒. สวดพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ ให้จบทั้ง ๓ บท

๑๓. ให้โอวาทแก่ผู้จะเข้าปฏิบัติตามสมควรแก่เวลา ประมาณ ๑๕ นาทีหรือ ๓๐ นาที

โอวาทโยคี

ในโอกาสอันประเสริฐ ที่เราได้เกิดมาพบพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านี้ สมควรอย่างยิ่งที่จะปฏิบัติ ให้ศีล สมาธิ ปัญญาบริบูรณ์ขึ้นในตน ศีลนั้น คือ ศีล ๕ – ๘ – ๑๐ – ๒๒๗ บุคคลที่มีศีลบริบูรณ์ย่อมจะได้รับความสุขในภพนี้และภพหน้า ถึงกระนั้นก็ดี ศีลนี้ก็เป็นเพียงโลกีย์ศีลอย่างเดียว ยังไว้ใจไม่ได้ว่าจะช่วยให้พ้นภัยแห่งอบายภูมิทั้ง ๔ เพราะไม่สามารถปิดประตูอบายได้ ดังนั้น จึงจำเป็นต้องปฏิบัติให้เป็นโลกุตตรศีลสมบูรณ์ขึ้น โลกุตตรศีลนั้นได้แก่มัคคศีล ผลศีลนั่นเอง ถ้าผู้ใดปฏิบัติถึงมัคคศีล ผลศีลแล้ว เป็นอันไว้วางใจได้ว่า ผู้นั้นไม่ต้องไปสู่อบายภูมิอีกเลย เป็นการดีอย่างยิ่งแล้วที่จะปฏิบัติให้สมบูรณ์ด้วยมัคคศีล ผลศีลเสียแต่ในอัตตภาพนี้ หากได้พยายามตั้งอกตั้งใจปฏิบัติจริง ๆ แล้ว ย่อมจะเป็นผลสำเร็จได้ในโอกาสอันประเสริฐนี้ ถ้าผู้ใดละเลยเสียในชาตินี้ก็น่าเสียใจยิ่งนัก เพราะจักต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏฏสงสารอันจะนับจะประมาณชาติต่อไปไม่ได้ และในโอกาสอันเดียวกันนั้น ยังจะเป็นการเปิดโอกาสให้อกุศลหนหลังตามสนองได้ด้วย อกุศลที่ยังไม่เกิดก็จะเกิดขึ้น ที่เกิดขึ้นแล้วย่อมจะทวีมากขึ้น อันชีวิตของคนแต่ละคนนี้ นับว่าได้เกิดมาเพราะบุญกุศลแท้ ๆ เป็นของหาได้ยากอย่างยิ่ง ของหายากอย่างยิ่งนั้น มีอยู่ ๔ อย่าง คือ

๑. พุทฺธุปฺปาโท จ ทุลฺลโภ ความเกิดขึ้นของพระพุทธเจ้าเป็นของหาได้ยากอย่างยิ่ง เพราะพระพุทธเจ้าแต่ละพระองค์ต้องบำเพ็ญบารมี ๓๐ ทัศเต็มบริบูรณ์ก่อน ในเวลาที่บำเพ็ญบารมีอยู่นั้นใช้เวลามากเหลือเกิน คือ **องค์ที่ยิ่งด้วยปัญญา** ต้องบำเพ็ญบารมีอยู่ถึง ๒๐ อสงไขยกำไรแสนกัลป์ **องค์ที่ยิ่งด้วยศรัทธา** ต้องบำเพ็ญบารมีอยู่ถึง ๔๐ อสงไขยกำไรแสนกัลป์ **องค์ที่ยิ่งด้วยวิริยะ** ต้องบำเพ็ญบารมีอยู่ถึง ๘๐ อสงไขยกำไรแสน-กัลป์ กว่าจะได้รับพยากรณ์ว่า จักได้เป็นพระพุทธเจ้าแต่ละพระองค์นั้นก็เป็นเวลานานมาก เช่นพระพุทธเจ้าของเรา ยิ่งด้วยพระปัญญา เพียงนึกในใจว่าจะเป็นพระพุทธเจ้าเป็นเวลานานถึง ๗ อสงไขย เมื่อทำการสร้างพระบารมีอยู่ กว่าจะออกปากว่าตนปรารถนาพุทธภูมิเป็นเวลานานถึง ๙ อสงไขย เมื่อครบ ๙ อสงไขยแล้ว ยังต้องบำเพ็ญ**ธรรมสโมธาน**อีก ๘ ประการให้เต็มก่อน จึงจะได้รับพยากรณ์จากพระพุทธเจ้าองค์ใดองค์หนึ่งว่า จักได้เป็นพระพุทธเจ้าแน่นอน เรียกว่า "**นิตยโพธิสัตว์**" เมื่อเป็นนิตยโพธิสัตว์แล้ว ยังต้องสมบูรณ์ด้วยพุทธภูมิ ๔ อัชฌาสัย ๖ อัจฉริยธรรม ๗ ประการ เมื่อชาติสุดท้ายที่จะได้เป็นพระพุทธเจ้าต้องบำเพ็ญทุกกรกิริยาอยู่ถึง ๖ ปี จึงได้ตรัสรู้เป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ดังนั้นความเกิดขึ้นของพระพุทธเจ้าจึงเป็นของหาได้ยากอย่างยิ่ง บางสมัยบางกัลป์ว่างเปล่าไม่มีพระ-พุทธเจ้ามาอุบัติในโลกเลย สัตว์ทั้งหลายก็พากันมืดมนอนธการ ไม่รู้จักข้อวัตรปฏิบัติที่จะนำตนให้พ้นทุกข์ ไม่รู้จักทางมรรค ผล นิพพาน กัลป์ที่พวกเราเกิดมานี้เป็น "ภัททกัลป์" เป็นกัลป์ที่เจริญ เพราะมีพระพุทธเจ้า มีพระธรรมและมีพระสงฆ์บริบูรณ์พร้อมมูลอยู่ ทั้งนี้ก็เพราะความอุบัติขึ้นแห่งพระพุทธเจ้า ดังนั้น ความอุบัติขึ้นแห่งพระพุทธเจ้าจึงเป็นของหายากประการที่หนึ่ง และของหายากประการที่หนึ่งนี้เราก็ได้พบแล้ว

๒. มนุสฺสตฺตภาโว ทุลฺลโภ ของหายากประการที่ ๒ คือ การได้อัตตภาพเกิดมาเป็นมนุษย์ มีอวัยวะครบบริบูรณ์ ไม่เป็นบ้าใบ้เสียจริตผิดมนุษย์ ได้มาเพราะบุญกุศลแต่หนหลังแท้ ๆ บุญเก่าที่เราทำไว้ได้เป็นทุนมา บุญอันนั้นจึงหนุนให้กำเนิดเป็นคน การที่เราได้เป็นคนเต็มคนนี้ นับว่าเราได้พบของหายากประการที่ ๒ แล้ว

๓. **ปพฺพชิตภาโว ทุลฺลโภ** การได้บวชเป็นภิกษุสามเณรในพระพุทธศาสนาก็ดี การได้ตัดสินใจออกมาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอย่างนี้ก็ดี ได้ชื่อว่าเป็นของหายากในชั้นต้น ส่วนภิกษุสามเณรที่บวชแล้ว ได้เจริญสมถวิปัสสนากรรมฐาน ชื่อว่าได้พบของหายากอย่างยิ่ง ชั้นที่ ๒ การที่อุบาสกอุบาสิกาได้บวชกาย วาจาและใจของตน โดยยอมเสียสละความสุขเพียงเล็กน้อยทางครอบครัว เพื่อหวังผลอันไพบูลย์ เรียกว่า พากันมาทำร่างกายอันเป็นของปฏิกูลน่าเกลียดนี้ให้เป็นของงามด้วยศีล สมาธิและปัญญา เมื่อเพียรพยายามเจริญไปบ่อย ๆ ไม่ท้อถอย ก็จะพบของจริง คือสัจจธรรมอย่างแน่นอน เข้าตำราที่ว่า "งามอยู่ที่ผี ดีอยู่ที่ละ เป็นพระอยู่ที่จริง" เมื่อเป็นเช่นนี้ ผู้ที่นุ่งดำ ห่มดำ นุ่งขาว ห่มข่าว นี้แหละชื่อว่าพากันมาบวชแล้ว และได้สมญาว่าเป็น "พระ" ตามขึ้นมา เพราะอำนาจแห่งสัจจธรรม ดังคำที่ท่านพระอรรถกถาจารย์ได้กล่าวไว้ว่า

โย จ อิมํ ปฏิปตฺตึ ปฏิปชฺชติ โส ภิกฺขุ นาม โหติ ผู้ใดปฏิบัติตามข้อปฏิบัตินี้ ผู้นั้นชื่อว่า เป็น "พระ"

ปฏิปนฺนโก หิ เทโว วา โหตุ มนุสฺโส วา ภิกฺขูติ สงฺขํ คจฺฉติเยว จริงอยู่ ผู้ที่เจริญวิปัสสนานี้ จะเป็นเทวดาก็ตาม เป็นมนุษย์ก็ตาม ย่อมได้นามว่าเป็น "พระ" ทั้งนั้น ดังนี้

ฉะนั้น ท่านที่เป็นอุบาสกอุบาสิกา ขอให้เข้าใจไว้เถิดว่า ถึงเรายังไม่มีโอกาสได้บวชนุ่งเหลือง ห่มเหลือง ก็ตาม ถ้าได้ปฏิบัติตนให้เจริญด้วยคุณธรรมเช่นนี้แล้ว ก็จัดว่าอยู่ในข่ายแห่งการบวชแล้ว ดังนั้น การบวชนี้จึงนับว่าเป็นของหาได้ยากอย่างยิ่ง จัดเป็นของหายากประการที่ ๓ ข้อนี้ผู้ที่ปฏิบัติแล้วก็ได้ชื่อว่า **ได้พบแล้ว** ผู้ที่ยังไม่ได้ปฏิบัติ ถ้ามีหวังและตั้งใจจะปฏิบัติอยู่ก็จะได้พบในโอกาสต่อไป

๔. **สทฺธาสมฺปนฺโน ทุลฺลโภ** ของหายากประการที่ ๔ คือ ความเป็นผู้มีศรัทธาเชื่อต่อพระปัญญา ความตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า และยินดีประพฤติปฏิบัติตาม เช่น ให้ทาน รักษาศีล ฟังธรรม เจริญสมถวิปัสสนากรรมฐาน เช่นนี้เรียกว่า เป็นผู้มีความเห็นถูก คือเป็นสัมมาทิฏฐิ นี้จัดเป็นศรัทธาอันแท้จริง

ศรัทธา นั้น แบ่งออกเป็น ๒ คือ ปกติศรัทธา ๑ ภาวนาศรัทธา ๑

ปกติศรัทธา นั้น ได้แก่ศรัทธาของพุทธศาสนิกชนที่พากันมาทำบุญทำทาน รักษาศีล ฟังธรรม ตามปกติ

ภาวนาศรัทธา นั้น ได้แก่ศรัทธาของท่านผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน เห็นรูป เห็นนาม เห็นพระไตรลักษณ์ ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน รวมเป็นศรัทธา ๒ ประการ ผู้ที่ถึงพร้อมด้วยศรัทธาทั้ง ๒ ประการนี้ นับว่าหาได้ยากอย่างยิ่ง ดังนั้น การถึงพร้อมด้วยศรัทธาจึงเป็นของหายากประการที่ ๔

การที่มาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนี้ ก็เพื่อบำเพ็ญของหายากให้บริบูรณ์ เพิ่มพูน ศีล สมาธิ ปัญญาให้เจริญยิ่งๆ ขึ้น ตั้งแต่ชั้นต่ำจนถึงชั้นสูง อธิบายว่า ศีลนั้นแบ่งออกเป็น ๒ อย่าง คือ **โลกียศีล** ได้แก่ศีล ๕ – ๘ – ๑๐ – ๒๒๗ **โลกุตตรศีล** ได้แก่ศีลในองค์มรรค เกิดแก่ท่านผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานเท่านั้นเรียกว่า **อธิศีล** สมาธิก็แบ่งออกเป็น ๒ อย่าง คือ **โลกียสมาธิ** ได้แก่สมาธิของท่านผู้เจริญสมถะและวิปัสสนา แต่ยังไม่ถึงมรรค ผล **โลกุตตรสมาธิ** ได้แก่สมาธิในองค์มรรค เกิดขึ้นแก่ผู้เจริญวิปัสสนาในขณะถึงมรรค ผล เรียกว่า **อธิสมาธิ** ปัญญาก็แบ่งออกเป็น ๒ อย่าง คือ **โลกียปัญญา** ได้แก่ปัญญาที่รู้บาป บุญ คุณ โทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ รู้รูปนาม รู้พระไตรลักษณ์ ยังไม่ถึงมรรค ผล นิพพาน **โลกุตตรปัญญา** ได้แก่ภาวนามยปัญญา ที่เกิดขึ้นแก่ท่านผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน ในขณะที่ถึงมรรค ผล นิพพาน เรียกว่า **อธิปัญญา**

ผู้เจริญวิปัสสนาทุกๆ คน ก็เพื่อบำเพ็ญไตรสิกขาเหล่านี้ให้บริบูรณ์ ดังนั้นจึงนับว่าเป็นบุญลาภอันสูงส่งและสำคัญยิ่ง ที่เราได้มาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ โอกาสบัดนี้ ถ้าใครไม่ได้ทำก็จะเสียใจในภายหลังว่า เราเกิดมาเสียชาติเปล่าๆ ได้พบพระพุทธศาสนาเพียงแต่ชื่อ แต่มิได้พบพระธรรม ฝ่ายผู้ที่ได้เจริญวิปัสสนา ได้ดวงตาเห็นธรรมแล้ว ตนเองก็จะมีความปีติยินดีเป็นเหลือล้นพ้นที่จะนับประมาณ ทั้งได้ชื่อว่าเป็นผู้ได้บูชาต่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยการบูชาอย่างสูงสุด ดังที่ตรัสแก่ท่านพระอานนท์เถระว่า โย โข อานนฺท ภิกฺขุ วา ภิกฺขุนี วา อุปาสโก วา อุปาสิกา วา เป็นต้น ความว่า ดูกร

อานนท์ ผู้ใดเป็นภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ก็ตาม ถ้าปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ชื่อว่าได้สักการะเคารพนับถือบูชาเราตถาคตด้วยการบูชาอย่างสูงยิ่ง ดังนี้ และยังได้ชื่อว่า เป็นผู้มีความจงรักภักดีต่อองค์สมเด็จพระชินสีห์อีกด้วย ดังบาลีว่า ภิกฺขเว มยิ สสิเนโห ติสฺสสทิโส ว โหตุ เป็นต้น ความว่า ดูกรภิกษุทั้งหลาย ผู้มีความรักใคร่ในเรา จงเป็นเช่นกับพระติสสะเถิด ถึงชนทั้งหลายจะบูชาเราด้วยดอกไม้ธูปเทียนของหอมนานับประการ ก็ไม่ชื่อว่าได้บูชาเราโดยแท้จริง ส่วนชนทั้งหลายที่ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ชื่อว่าได้บูชาเราโดยแท้ ดังนี้ นอกจากนี้ผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน ยังได้ชื่อว่า ได้ช่วยกันเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้เจริญวัฒนาสถาพรสืบต่อไปด้วย ดังบาลีว่า ยาว หิ อิมา จตสฺโส ปริสา มํ อิมาย ปฏิปตฺติปูชาย ปูเชสฺสนฺติ เป็นต้น ความว่า ถ้าบริษัททั้ง ๔ นี้ จักบูชาเราด้วยปฏิบัติบูชานี้อยู่เพียงใด ศาสนาของเราจักเจริญรุ่งเรืองอยู่เพียงนั้น เหมือนพระจันทร์เพ็ญลอยเด่นอยู่ท่ามกลางท้องฟ้า ฉะนั้น

การที่ท่านผู้มีบุญได้มาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในคราวนี้ จึงนับว่าเป็นการบำเพ็ญประโยชน์อันยิ่งใหญ่ไพศาล ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ตลอดจนถึงชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ด้วย

วุฑฺฒึ วิรุฬฺหึ เวปุลฺลํ ปปฺโปตุ พุทฺธสาสเน สุดท้ายนี้ ขอท่านจงถึงความเจริญงอกงาม ไพบูลย์ ในพระพุทธศาสนา คือ ขอท่านจงได้บรรลุ มรรค ผล นิพพาน สมความปรารถนาของตน ๆ เทอญ ฯ

จบโอวาทโยคี

๑๔. เมื่อให้โอวาทจบแล้ว สอนกรรมฐานต่อ คือผู้ที่เป็นอาจารย์เริ่มให้กรรมฐานแก่ผู้ที่จะเข้าปฏิบัติต่อไป เช่น

ก. **สอนให้เดินจงกรม** เช่น ขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ สอนวิธียืน วิธีกลับ

ข. **สอนวิธีนั่ง** เช่น เวลานั่งให้กำหนดท้องที่พองยุบว่า พองหนอ ยุบหนอ และสอนวิธีนอน

ค. **สอนให้กำหนดเวทนาต่าง ๆ** เช่น เวลาเจ็บ ให้กำหนดว่า เจ็บหนอๆ เป็นต้น

ฆ. **สอนให้กำหนดจิตในเวลานึกคิดอารมณ์ต่าง ๆ** เช่นเวลาคิด ให้กำหนดว่า คิดหนอ ๆ เป็นต้น

ง. **สอนให้กำหนดตามทวารทั้ง** ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ดังตัวอย่าง

๑) เวลาเห็น ให้กำหนดว่า เห็นหนอ เห็นหนอ

๒) เวลาได้ยิน ให้กำหนดว่า ได้ยินหนอ ได้ยินหนอ

๓) เวลาได้กลิ่น ให้กำหนดว่า ได้กลิ่นหนอ ได้กลิ่นหนอ

๔) เวลาได้รส ให้กำหนดว่า รสหนอ รสหนอ

๕) เวลาถูกต้อง เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ให้กำหนดว่า ถูกหนอ ถูกหนอ

๖) เวลาคิด ให้กำหนดว่า คิดหนอ คิดหนอ

จ. **สอนให้กำหนดอิริยาบถย่อย** เช่น ก้าวไป ถอยกลับ เหลียวซ้าย แลขวา คู้เหยียด พาดสังฆาฏิ ถือบาตร ห่มจีวร นุ่งผ้า ห่มผ้า กิน ดื่ม เคี้ยว ลิ้ม ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ ยืน เดิน นั่ง นอน หลับ ตื่น พูด นิ่ง เป็นต้น

หมายเหตุ ในวันแรก ผู้ที่เป็นอาจารย์พิจารณาดูคนผู้ปฏิบัติก่อน ถ้าคนมีปริยัติน้อยหรือคนแก่ ให้สอนแต่เพียง "จงกรม นั่งกำหนดท้องพองยุบ กำหนดเวทนา และ จิต" เท่านี้ก็พอแล้ว ในวันต่อไปในเวลาสอบอารมณ์จึงค่อยเพิ่มขึ้นโดยลำดับ ๆ แม้คนหนุ่มหรือเด็ก ๆ ก็อนุโลมตามนี้ได้

๑๕. ผู้ปฏิบัติทราบ แล้วกลับไปสู่ห้องของตน เริ่มลงมือปฏิบัติต่อไป

๑๖. ผู้ที่เป็นอาจารย์ต้องไปสอบอารมณ์ทุกวัน และคอยเพิ่มบทเรียนให้ตามลำดับญาณ ตัวอย่าง ผู้ปฏิบัติถึงนามรูปปริจเฉทญาณแล้ว เพิ่มบทเรียนอีก คือ ให้กำหนดจิตเบื้องแรก เช่น อยากคู้ อยากเหยียด อยากลุก เป็นต้น ผู้ปฏิบัติถึงปัจจยปริคคหญาณ เดินจงกรมเพิ่มให้ ๒ ระยะ คือ ยกหนอ เหยียบหนอ เวลานั่งให้กำหนด พอง ยุบ นั่ง เป็นต้น

ข้อสำคัญอย่าเพิ่มในวันเดียวถึง ๒ อย่าง

ถาม ในขั้นต่อไป โยคีบุคคลควรปฏิบัติอย่างไรบ้าง ?

ตอบ ผู้ปฏิบัติควรปฏิบัติตามแบบฝึกหัด ดังต่อไปนี้ –

แบบฝึกหัดที่ ๑

๑. เวลานั่ง ให้กำหนดท้องที่ ซึ่ง **พองขึ้น** ในเวลาหายใจเข้า และ **ยุบลง** ในเวลาหายใจออก นึกอยู่ในใจว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! ตามจังหวะที่ท้องพองและยุบ

๒. เวลานอน ก็ให้กำหนดที่ท้องว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! เช่นเดียวกัน

๓. เวลายืน ให้กำหนดว่า ยืนหนอ ! ยืนหนอ !

๔. เวลาเดินจงกรม ให้กำหนดเป็นระยะดังนี้ คือ

ขณะก้าวเท้าขวา ให้กำหนดว่า ขวาย่างหนอ ! ขณะก้าวเท้าซ้าย ให้กำหนดว่า ซ้ายย่างหนอ ! ทอดสายตาไปประมาณ ๔ ศอก เมื่อเดินไปจนสุดที่จงกรม จะกลับ ให้ยืนแล้วกำหนดว่า ยืนหนอ ! ยืนหนอ ! ต่อนั้นเอี้ยวตัวกลับ ขณะเอี้ยวตัวกลับ ให้กำหนดว่า กลับหนอ ! กลับหนอ ! เมื่อกลับแล้วยืนอยู่ให้กำหนดว่า ยืนหนอ ! ยืนหนอ ! เมื่อเดินจงกรมต่อไป ก็ให้กำหนดเหมือนเดิมอีก

แต่ละแบบ ต้องทำให้ชำนาญคล่องแคล่วจนได้สมาธิดีก่อน แล้วจึงทำตามแบบฝึกหัดต่อ ๆ ไป

แบบฝึกหัดที่ ๒

๑. เวลานั่ง ให้กำหนดเป็น ๓ ระยะ คือ พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ !

๒. เวลานอน ให้กำหนดเป็น ๓ ระยะ คือ พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ !

๓. เวลายืน ให้กำหนดว่า ยืนหนอ ! ยืนหนอ ! เท่านั้น จนกว่าจะเดินหรือนั่ง

๔. เวลาเดิน ให้ทำตามแบบฝึกหัดที่ ๑ ประมาณ ๓๐ นาทีก่อน แล้วให้เปลี่ยนวิธีกำหนดใหม่ คือ ขณะก้าวเท้าขวาหรือซ้ายไปนั้น ให้กำหนดเป็น ๒ ระยะว่า ยกหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๓๐ นาที

ตัวอย่าง

ก. ให้กำหนดว่า ขวาย่างหนอ ! ซ้ายย่างหนอ ! ประมาณ ๓๐ นาที

ข. ให้กำหนดว่า ยกหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๓๐ นาที

ทั้งนี้ ให้กำหนดจนรูปนั่งรูปนอนปรากฏแก่ใจอย่างชัดเจนประดุจหนึ่งว่าส่องกระจก ฉะนั้น

แบบฝึกหัดที่ ๓

๑. เวลานั่ง ให้กำหนดเป็น ๔ ระยะ คือ พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! ใจเพ่งตรงที่ถูกนั้นเป็นวงกลมประมาณเท่าเหรียญ ๑ บาท ให้จิตจ่ออยู่ตรงนั้น

๒. เวลานอน ให้กำหนดเป็น ๔ ระยะ คือ พองหนอ ! ยุบหนอ ! นอนหนอ ! ถูกหนอ !

๓. เวลายืน ให้กำหนดว่า ยืนหนอ ! ยืนหนอ !

๔. เวลาเดิน ให้ทำตามแบบฝึกหัดที่ ๑ – ๒ ก่อนประมาณแบบละ ๒๐ นาที แล้วให้เปลี่ยนวิธีกำหนดใหม่ คือ ขณะก้าวเท้าขวาหรือซ้ายไปนั้น ให้กำหนดเป็น ๓ ระยะ คือ ยกหนอ ! ย่างหนอ ! เหยียบหนอ !

ตัวอย่าง

ก. ให้กำหนดว่า ขวาย่างหนอ ! ซ้ายย่างหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

ข. ให้กำหนดว่า ยกหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

ค. ให้กำหนดว่า ยกหนอ ! ย่างหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

แบบฝึกหัดที่ ๔

๑. เวลานั่ง ให้กำหนดเป็น ๔ ระยะ คือ พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! เหมือนแบบฝึกหัดที่ ๓

๒. เวลานอน ให้กำหนดเป็น ๔ ระยะ คือ พองหนอ ! ยุบหนอ ! นอนหนอ ! ถูกหนอ !

๓. เวลายืน ให้กำหนดว่า ยืนหนอ ! ยืนหนอ !

๔. เวลาเดิน ให้ทำตามแบบฝึกหัดที่ ๑ – ๒ – ๓ ก่อน ประมาณแบบละ ๒๐ นาที แล้วก็เปลี่ยนวิธีกำหนดใหม่ คือ ก้าวเท้าขวาหรือซ้ายไป ให้กำหนดเป็น ๔ ระยะว่า ยกส้นหนอ ! ยกหนอ ! ย่างหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๓๐ นาที

ตัวอย่าง

ก. ให้กำหนดว่า ขวาย่างหนอ ! ซ้ายย่างหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

ข. ให้กำหนดว่า ยกหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๑๐ นาที

ค. ให้กำหนดว่า ยกหนอ ! ย่างหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

ง. ให้กำหนดว่า ยกส้นหนอ ! ยกหนอ ! ย่างหนอ เหยียบหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

แบบฝึกหัดที่ ๕

๑. เวลานั่ง ให้กำหนดเป็น ๔ ระยะ คือ พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! กายถูกที่ไหน ให้กำหนดที่นั้น

ตัวอย่าง

ก. พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! หมายถึงก้นกบซ้ายถูก

ข. พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! หมายถึงก้นกบขวาถูก

ค. พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! หมายถึงเข่าขวาถูก

ง. พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! หมายถึงเข่าซ้ายถูก

จ. พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! หมายถึงตาตุ่มขวาถูก

ฉ. พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! หมายถึงตาตุ่มซ้ายถูก

๒. เวลานอน ให้กำหนดเป็น ๔ ระยะเช่นกัน คือ พองหนอ ! ยุบหนอ ! นอนหนอ ! ถูกหนอ ! เป็นต้น

๓. เวลายืน ให้กำหนดว่า ยืนหนอ ! ยืนหนอ !

๔. เวลาเดิน ให้ทำตามแบบฝึกหัดที่ ๑ – ๒ – ๓ – ๔ แบบละ ๒๐ นาที แล้วให้เปลี่ยนวิธีกำหนดใหม่ คือขณะก้าวเท้าขวาหรือซ้ายไป ให้กำหนดเป็น ๕ ระยะว่า ยกส้นหนอ ! ยกหนอ ! ย่างหนอ ! ลงหนอ ! ถูกหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

ตัวอย่าง

ก. ให้กำหนดว่า ขวาย่างหนอ ! ซ้ายย่างหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

ข. ให้กำหนดว่า ยกหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

ค. ให้กำหนดว่า ยกหนอ ! ย่างหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

ฆ. ให้กำหนดว่า ยกส้นหนอ ! ยกหนอ ! ย่างหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

ง. ให้กำหนดว่า ยกส้นหนอ ! ยกหนอ ! ย่างหนอ ! ลงหนอ ! ถูกหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

แบบฝึกหัดที่ ๖

๑. เวลานั่ง ให้กำหนดดังนี้ คือ

๑) พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! หมายถึงก้นกบขวาถูก
๒) พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! หมายถึงก้นกบซ้ายถูก
๓) พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! หมายถึงเข่าขวาถูก
๔) พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! หมายถึงเข่าซ้ายถูก
๕) พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! หมายถึงตาตุ่มขวาถูก
๖) พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! หมายถึงตาตุ่มซ้ายถูก
๗) พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! ถูกจี้ไปตามตัวเป็นแห่งๆไป

๒. เวลานอน ให้กำหนดดังนี้ คือ พองหนอ ! ยุบหนอ ! นอนหนอ ! ถูกหนอ !

๓. เวลายืน ให้กำหนดว่า ยืนหนอ ! ยืนหนอ !

๔. เวลาเดิน ให้กำหนดดังนี้ คือ

๑) ให้กำหนดว่า ขวาย่างหนอ ! ซ้ายย่างหนอ ! ประมาณ ๕ นาที

๒) ให้กำหนดว่า ยกหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๕ นาที

๓) ให้กำหนดว่า ยกหนอ ! ย่างหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๑๐ นาที

๔) ให้กำหนดว่า ยกส้นหนอ ! ยกหนอ ! ย่างหนอ ! เหยียบหนอ ! ประมาณ ๑๐ นาที

๕) ให้กำหนดว่า ยกส้นหนอ ! ยกหนอ ! ย่างหนอ ! ลงหนอ ! ถูกหนอ ! ประมาณ ๑๐ นาที

๖) ให้กำหนดเพิ่มใหม่เป็น ๖ ระยะ คือ ยกส้นหนอ ! ยกหนอ ! ย่างหนอ ! ลงหนอ ! ถูกหนอ ! กดหนอ ! ประมาณ ๒๐ นาที

แบบฝึกหัดที่ ๗

๑. เมื่อเดินจงกรมไปสุดทางแล้ว หยุดยืน จะหันกลับเวลาหยุดให้กำหนดว่า อยากหยุดหนอ ! อยากหยุดหนอ ! เวลาหยุดให้กำหนดว่า หยุดหนอ ! หยุดหนอ ! เวลาจะกลับให้กำหนดว่า อยากจะกลับหนอ ! อยากจะกลับหนอ ! เวลากลับให้กำหนดว่า กลับหนอ ! กลับหนอ ! เวลายืนอยู่ให้กำหนดว่า ยืนหนอ ! ยืนหนอ ! แล้วจึงเดินและกำหนดเหมือนอย่างกล่าวมาแล้วต่อไป

๒. เวลาจะเหลียวซ้ายแลขวาเป็นต้น ให้กำหนดว่า อยากเหลียวหนอ ! อยากเหลียวหนอ ! ขณะเหลียวให้กำหนดว่า เหลียวหนอ ! เหลียวหนอ !

๓. เวลาจะคู้ จะเหยียด ให้กำหนดว่า อยากคู้หนอ ! อยากคู้หนอ ! อยากเหยียดหนอ ! อยากเหยียดหนอ ! ขณะจะคู้หรือเหยียด ให้กำหนดว่า คู้หนอ ! คู้หนอ ! เหยียดหนอ ! เหยียดหนอ !

๔. เวลาจะจับสิ่งของต่าง ๆ เช่น ผ้านุ่ง ผ้าห่ม บาตร ถ้วย โถ โอ จาน เป็นต้น ให้กำหนดว่า เห็นหนอ ! อยากจับหนอ ! ขณะยื่นมือไป ให้กำหนดว่า ไปหนอ ! ขณะถูก ให้กำหนดว่า ถูกหนอ ! ขณะจับให้กำหนดว่า จับหนอ ! ขณะจับของแล้วหยิบยกมา ให้กำหนดว่า มาหนอ ! มาหนอ ! เป็นต้น

๕. เวลาจะบริโภคอาหาร หรือดื่ม เคี้ยว ลิ้ม เลีย ให้กำหนดทำนองเดียวกัน

ตัวอย่าง

๑) ขณะเห็นอาหาร	ให้กำหนดว่า เห็นหนอ เห็นหนอ
๒) ขณะอยาก	ให้กำหนดว่า อยากหนอ อยากหนอ
๓) ขณะยื่นมือไป	ให้กำหนดว่า ไปหนอ ไปหนอ
๔) ขณะมือถูก	ให้กำหนดว่า ถูกหนอ ถูกหนอ
๕) ขณะจับ	ให้กำหนดว่า จับหนอ จับหนอ
๖) ขณะยกขึ้น	ให้กำหนดว่า ยกหนอ ยกหนอ
๗) ขณะอ้าปาก	ให้กำหนดว่า อ้าหนอ อ้าหนอ
๘) ขณะถูกปาก	ให้กำหนดว่า ถูกหนอ ถูกหนอ
๙) ขณะเคี้ยว	ให้กำหนดว่า เคี้ยวหนอ เคี้ยวหนอ
๑๐) ขณะกลืน	ให้กำหนดว่า กลืนหนอ กลืนหนอ
๑๑) ขณะหมด	ให้กำหนดว่า หมดหนอ หมดหนอ

๖. เวลาถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ ให้กำหนดว่า อยากถ่ายหนอ ! กำหนดถ่ายให้กำหนดว่า ถ่ายหนอ ! ถ่ายหนอ !

๗. เวลาจะเดิน ยืน นั่ง จะหลับ ตื่น พูด นิ่ง ให้กำหนดว่า อยากเดินหนอ ! อยากยืนหนอ ! อยากนั่งหนอ ! อยากหลับหนอ ! ตื่นหนอ ! อยากพูดหนอ ! นิ่งหนอ !

แบบฝึกหัดที่ ๘

๑. ขณะเห็น	ให้กำหนดว่า เห็นหนอ เห็นหนอ
๒. ขณะได้ยิน	ให้กำหนดว่า ได้ยินหนอ ได้ยินหนอ
๓. ขณะได้กลิ่น	ให้กำหนดว่า ได้กลิ่นหนอ ได้กลิ่นหนอ
๔. ขณะลิ้มรส	ให้กำหนดว่า รสหนอ รสหนอ
๕. ขณะกายถูกต้อง	ให้กำหนดว่า ถูกหนอ ถูกหนอ
๖. ขณะคิด	ให้กำหนดว่า คิดหนอ คิดหนอ

แบบฝึกหัดที่ ๙

๑. ขณะที่นั่งกำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! อยู่นั้น ถ้าทุกขเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นให้หยุดกำหนดว่า พองหนอ ยุบหนอ นั้นไว้ก่อน แล้วไปกำหนดเวทนาที่เกิดขึ้นนั้น เช่น เจ็บ ปวด เมื่อย เป็นต้น ให้กำหนดว่า ปวดหนอ ! ปวดหนอ ! เมื่อยหนอ ! เมื่อยหนอ ! เจ็บหนอ ! เจ็บหนอ ! ถ้าเวทนากล้า ทนไม่ได้ ให้หยุดการกำหนดเวทนานั้นเสีย กลับไปกำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! ต่อไป ถ้าเวทนาไม่หาย จึงพลิกหรือเปลี่ยนอิริยาบถเสีย

๒. ถ้าความสบายเกิดขึ้น ให้กำหนดว่า สบายหนอ ! สบายหนอ !

๓. เวลานอน เวลายืน ถ้าความสบายก็ดี ความไม่สบายก็ดี หรือความเฉย ๆ ก็ดี อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น ให้กำหนดไปตามอย่างนั้นว่า สบายหนอ ! ไม่สบายหนอ ! เฉย ๆ หนอ !

ถ้าเวทนาเกิดขึ้นในเวลาเดินจงกรม ให้หยุดเดินก่อน แล้วให้กำหนดเวทนาตามนัยที่กล่าวแล้ว

หมายเหตุ เวลานิมิตอย่างใดอย่างหนึ่ง มีแสงสว่างหรือรูปภูเขาเป็นต้น ปรากฏทางใจ ให้กำหนดว่า เห็นหนอ ! เห็นหนอ ! จนกว่าจะหาย

แบบฝึกหัดที่ ๑๐

๑. เวลานั่ง ถ้าเกิดอยากได้อะไรขึ้น ให้กำหนดว่า อยากได้หนอ ! หรือ โลภะหนอ !

๒. ถ้านั่งนอนไม่ชอบใจ อยากจะลุกขึ้นก็ดี หรือ เห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่ง คิดสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แล้วไม่ชอบใจก็ดี ให้กำหนดว่า ไม่ชอบหนอ ! ไม่ชอบหนอ ! หรือ โทสะหนอ ! โทสะหนอ !

๓. ถ้าง่วงนอน ให้กำหนดว่า ง่วงหนอ ! ง่วงหนอ !

๔. ถ้าจิตฟุ้งซ่าน ให้กำหนดว่า ฟุ้งหนอ ! ฟุ้งหนอ !

๕. ถ้าสงสัย ให้กำหนดว่า สงสัยหนอ ! สงสัยหนอ !

๖. ถ้าความโลภ ความโกรธ ความฟุ้งซ่าน ความสงสัย เป็นต้น ปราศจากไป ก็ให้กำหนดรู้เช่นกัน

๗. เวลาเดินจงกรม ถ้าจิตฟุ้งขึ้นมา ให้หยุดเดิน แล้วกำหนดว่า ฟุ้งหนอ ! ฟุ้งหนอ ! เมื่อความฟุ้งนั้นหายไปแล้ว จึงเดินจงกรมต่อไป

แบบฝึกหัดที่ ๑๑

๑. ถ้าจิตยินดีต่อ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ พึงรู้ว่า เป็นความยินดีต่อกามคุณทั้ง ๕ ให้กำหนดว่า ยินดีหนอ ! ยินดีหนอ !

๒. เมื่อจิตคิดเบียดเบียนเกิดขึ้น พึงรู้ว่าเป็นโทสะหรือพยาบาท ให้กำหนดว่า โทสะหนอ ! โทสะหนอ ! หรือ พยาบาทหนอ ! พยาบาทหนอ !

๓. เมื่อจิตง่วงเหงา หดหู่ พึงรู้ว่าเป็นถีนมิทธะ ให้กำหนดว่า ง่วงหนอ ! ง่วงหนอ !

๔. ถ้าจิตฟุ้งซ่าน รำคาญ เสียใจ พึงรู้ว่าเป็นอุทธัจจะกุกกุจจะ ให้กำหนดว่า ฟุ้งหนอ ! ฟุ้งหนอ ! เป็นต้น

๕. เมื่อความสงสัยในรูป นาม ปรมัตถ์ บัญญัติ เกิดขึ้น พึงรู้ว่าเป็นวิจิกิจฉา ให้กำหนดว่า สงสัยหนอ ! สงสัยหนอ !

แบบฝึกหัดที่ ๑๒

๑. เวลานั่ง ให้กำหนดว่า อยากนั่งหนอ ! อยากนั่งหนอ ! แล้วจึงค่อย ๆ ย่อตัวลงเป็นระยะ ๆ พร้อมกับกำหนดว่า นั่งหนอ ! นั่งหนอ ! จนกว่าจะถึงพื้น กำหนดให้ได้ประมาณ ๘–๙–๑๐ ระยะ

๒. เมื่อกำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! อยู่ เกิดคันขึ้น ให้กำหนดว่า คันหนอ ! คันหนอ ! เมื่อกำหนดแล้วยังไม่หายคัน อยากจะเกา ให้กำหนดว่า อยากเกาหนอ ! อยากเกาหนอ ! เวลามือเคลื่อนจะไปเกา ให้กำหนดตามไปเป็นระยะ ๆ ว่า ไปหนอ ! ไปหนอ ! เวลามือถูกให้กำหนดว่า ถูกหนอ ! ถูกหนอ ! ขณะเกาให้กำหนดว่า เกาหนอ ! เกาหนอ ! เมื่ออาการคันนั้นหายไป ให้กำหนดว่า หายหนอ ! หายหนอ ! เมื่อจะ

เอามือลง ให้กำหนดตามเป็นระยะ ๆ ว่า ลงหนอ ! ลงหนอ ! จนถึงที่วาง แล้วตั้งต้นกำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! ต่อไป

แบบฝึกหัดที่ ๑๓

วันที่ ๑

๑. ให้ตั้งใจอธิษฐานว่า ธรรมวิเศษเบื้องสูงที่ยังไม่เกิดขึ้น ขอจงให้เกิดขึ้น คือให้ได้เห็นธรรมวิเศษภายใน ๒๔ ชั่วโมงนี้ จะเริ่มตั้งอธิษฐานเวลาไรก็ได้ แต่ต้องให้ถึง ๒๔ ชั่วโมง

๒. เมื่อตั้งอธิษฐานแล้ว ให้เดินจงกรมก่อน แล้วนั่งกำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! เหมือนที่อธิบายมาแล้ว ทำสลับกันไปจนถึง ๒๔ ชั่วโมง

วันที่ ๒

เมื่อเดินจงกรมแล้ว ให้อธิษฐานว่า "ภายใน ๒๔ ชั่วโมง ขอให้ความเกิดดับเกิดขึ้นให้มาก" แล้วกำหนดพองยุบต่อไปตามที่เคย

แบบฝึกหัดที่ ๑๔

๑. ให้เดินจงกรมก่อน แล้วปฏิบัติต่อไปดังนี้ –

ก. ให้อธิษฐานคราวละ ๑ ชั่วโมงว่า ขอให้อาการเกิดดับจงปรากฏขึ้นหลายๆ ครั้ง อย่างต่ำที่สุดหนึ่งชั่วโมงต่อ ๕ ครั้ง

ข. ถ้าภายใน ๑ ชั่วโมง อาการเกิดดับนั้นยังปรากฏได้ชัดแจ้งและถี่ขึ้น อย่างต่ำ ๑ ชั่วโมงต่อ ๕ ครั้ง อย่างสูง ๑ ชั่วโมงต่อ ๖๕ ครั้ง เมื่อเป็นเช่นนี้ ให้ลดเวลาอธิษฐานลงมาเพียง ๓๐ นาที คือ ให้อธิษฐานว่า ภายใน ๓๐ นาทีนี้ขอให้อาการเกิดดับนั้นปรากฏขึ้นหลาย ๆ ครั้ง

ค. ให้อธิษฐานโดยทำนองนั้น แล้วลดลงไปจนถึง ๑๕–๑๐–๕ นาที ภายใน ๕ นาที อาการเกิดดับอาจจะปรากฏขึ้นถึง ๖ ครั้ง หรือ ๑ ครั้งเป็นอย่างต่ำ

๒. นั่งให้ได้ ๑ ชั่วโมง จึงเปลี่ยนอิริยาบถ โดยมิให้ลุกจากที่เลย

๓. ให้ทำสลับกันไปอย่างนี้ จนครบ ๒๔ ชั่วโมง

แบบฝึกหัดที่ ๑๕

๑. ให้เดินจงกรมก่อน แล้วนั่งอธิษฐานว่า ขอให้ได้สมาธิแน่นิ่งไปถึง ๕ นาฑี แล้วกำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! จิตจดจ่ออยู่กับอารมณ์ แล้วดับนิ่งไปได้จนครบ ๕ นาฑี จึงจะเป็นอันถูกต้อง ถ้าตรวจดูนาฬิกาแล้วเห็นว่ายังไม่ถึง ให้พยายามทำจนถึง ๕ นาฑี ถ้าเกินไปยิ่งดี

๒. ให้อธิษฐานให้ได้สมาธิแน่นิ่งไปได้ถึง ๑๐ นาฑี ถ้าทำยังไม่ได้ ให้พยายามทำจนได้อย่างชำนาญ แล้วจึงฝึกทำต่อไปทีละขั้น ๆ ดังนี้ คือ ๑๕ นาฑี, ๒๐ นาฑี, ๓๐ นาฑี, ๑ ชั่วโมง, ๑ ชั่วโมง ๓๐ นาฑี, ๒ ชั่วโมง, ๓ ชั่วโมง, ๔ ชั่วโมง, ๕ ชั่วโมง, ๖ ชั่วโมง, ๗ ชั่วโมง, ๘ ชั่วโมง ตามลำดับจนถึง ๒๔ ชั่วโมง

๓. การคำนวณนาฑีหรือชั่วโมงนั้น ให้ตั้งต้นแต่ขณะที่แน่นิ่งไป ขณะที่แน่นิ่งนั้นจะไม่รู้สึกสัมผัสใด ๆ เหมือนหลับ แต่ไม่ใช่หลับ เมื่อถึงกำหนดที่อธิษฐานไว้ก็จะรู้สึกตัวขึ้นมาเองเหมือนตื่น แต่ไม่ใช่ตื่น

แบบฝึกหัดที่ ๑๖

ท่านผู้ปฏิบัติดีแล้ว ประสงค์จะเป็นครูสอนต่อไป พึงหัดปฏิบัติพิเศษ ดังนี้ –

ครั้งที่ ๑ ให้ทำ ๑ วัน

๑. ให้เดินจงกรมก่อน แล้วจึงนั่งเข้าที่ แล้วอธิษฐานว่า ภายใน ๑ ชั่วโมง ขอให้รูปนามที่เกิดดับปรากฏชัดแจ้ง กำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! จนครบ ๑ ชั่วโมง เมื่อกำหนดอยู่อย่างนี้ จะเห็นอาการเกิดดับของรูปนามชัดขึ้นกว่าแต่ก่อน นี้เรียกว่า "อุทยัพพยญาณ"

๒. ในชั่วโมงที่ ๒ ให้อธิษฐานว่า ภายใน ๑ ชั่วโมง ขอให้เห็นแต่รูปนามที่ดับไป ๆ แล้วกำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! จนครบ ๑ ชั่วโมง เมื่อ

กำหนดอยู่อย่างนี้ จะเห็นแต่ความดับของรูปนามอย่างเดียว คือ อาการดับของรูปนามจะปรากฏชัดเจนแจ่มแจ้งกว่าแต่ก่อน นี้เรียกว่า "**ภังคญาณ**"

ครั้งที่ ๒ ให้ทำ ๑ วัน

๑. ให้เดินจงกรมก่อน แล้วจึงนั่งเข้าที่ แล้วอธิษฐานว่า ภายใน ๑ ชั่วโมงนี้ ขอให้ภยญาณเกิดขึ้นให้มาก แล้วกำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ จนกว่าจะครบ ๑ ชั่วโมง ในขณะที่นั่งกำหนดอย่างนี้จะมีอาการเกิดความกลัวขึ้น นี้เรียกว่า "**ภยญาณ**"

๒. ในชั่วโมงที่ ๒ ให้อธิษฐานว่า ภายใน ๑ ชั่วโมงนี้ ขอให้อาทีนวญาณเกิดขึ้นให้มาก แล้วกำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! อย่างนี้จนครบ ๑ ชั่วโมง ในขณะที่นั่งกำหนดอยู่ จะเห็นโทษของรูปนามนานาประการ เช่น เจ็บ ป่วย ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นต้น นี้เรียกว่า "**อาทีนวญาณ**"

๓. ในชั่วโมงที่ ๓ ให้อธิษฐานว่า ภายใน ๑ ชั่วโมงนี้ ขอให้นิพพิทาญาณเกิดขึ้นให้มาก แล้วกำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! จนกว่าจะครบ ๑ ชั่วโมง ในขณะที่นั่งกำหนดอยู่อย่างนี้ จะมีความเบื่อหน่ายเกิดขึ้น คือจะเห็นรูปนามนี้เต็มไปด้วยของปฏิกูลน่าเกลียด มีแต่ทุกข์ มีแต่โทษ ไม่น่ายินดี น่าเบื่อหน่าย นี้เรียกว่า "**นิพพิทาญาณ**"

ครั้งที่ ๓ ให้ทำ ๑ วัน

๑. ให้เดินจงกรมก่อน แล้วจึงนั่งเข้าที่ แล้วอธิษฐานว่า ภายใน ๑ ชั่วโมงนี้ ขอให้มุญจิตุกัมยตาญาณเกิดขึ้นให้มาก แล้วกำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! จนกว่าจะครบ ๑ ชั่วโมง ในขณะที่นั่งกำหนดอยู่อย่างนี้ จะมีอาการอยากหนีอยากพ้น เกิดขึ้นโดยลำดับ นี้เรียกว่า "**มุญจิตุกัมยตาญาณ**"

๒. ในชั่วโมงที่ ๒ ให้อธิษฐานว่า ภายใน ๑ ชั่วโมงนี้ ขอให้ปฏิสังขาญาณเกิดขึ้นให้มาก แล้วกำหนดว่า พองหนอ ! ยุบหนอ ! นั่งหนอ ! ถูกหนอ ! อย่างนี้จนครบ ๑

ชั่วโมง ในขณะที่นั่งกำหนดอย่างนี้ จะมีอาการพยายามทำความเพียรหาทางหนีทางพ้นเกิดขึ้นโดยลำดับ นี้เรียกว่า "**ปฏิสังขาญาณ**"

๓. ในชั่วโมงที่ ๓ ให้อธิษฐานว่า ภายใน ๑ ชั่วโมงนี้ ขอให้สังขารุเปกขาญาณเกิดขึ้นให้มาก แล้วกำหนด พองหนอ! ยุบหนอ! นั่งหนอ! ถูกหนอ! จนกว่าจะครบ ๑ ชั่วโมง ในขณะที่นั่งกำหนดอยู่อย่างนี้ จะมีอาการวางเฉยในรูปนาม นี้เรียกว่า "**สังขารุเปกขาญาณ**"

ถาม การเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามวิธีที่กล่าวแล้วนั้น จะมีอานิสงส์อย่างไรบ้าง ขอให้อธิบายพร้อมทั้งยกหลักฐานประกอบด้วย ?

ตอบ จะมีอานิสงส์หลายอย่าง ดังต่อไปนี้

๑. ทำคนให้ฉลาด ให้รู้หลักความจริง คือรู้ปรมัตถธรรม ไม่หลงอยู่ในบัญญัติธรรม อันเป็นเพียงโลกสมมุติ

๒. ทำคนให้มีศีลธรรมและวัฒนธรรมอันดีงาม

๓. ทำคนให้รักใคร่สนิทสนมกลมกลืนกัน ให้กรุณาเอ็นดูสงสารกัน พลอยยินดีอนุโมทนาสาธุการ เมื่อเห็นผู้อื่นได้ดี

๔. ทำคนให้เว้นจากการเบียดเบียนกัน เว้นจากเอารัดเอาเปรียบกัน

๕. ทำคนให้รู้จักตัวเอง และรู้จักปกครองตัวเอง คือ **อ่านตัวออก บอกตัวได้ ใช้ตัวเป็น**

๖. ทำคนให้เป็นคนว่านอนสอนง่าย ไม่มีมานะถือตัว ไม่เย่อหยิ่งจองหอง

๗. ทำคนให้หันหน้าเข้าหากัน ให้บรรจบกัน เพราะต่างฝ่ายต่างลดทิฏฐิมานะลง

๘. ทำคนให้หนักแน่นในกตัญญูกตเวทิตาธรรม

๙. ทำคนให้เป็นพระ เพราะเหตุว่าการปฏิบัติธรรมนี้ ย่อมเป็นไปเพื่อคุณสมบัติเหล่านี้ คือ

๑) เพื่อละนิวรณ์ ๕

๒) เพื่อละกามคุณ ๕

๓) เพื่อละอุปาทานขันธ์ ๕

๔) เพื่อละสังโยชน์เบื้องต่ำ ๕ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามฉันทะ พยาบาท

๕) เพื่อละคติ ๕ คือ นรก ดิรัจฉาน ปิตติวิสัย มนุษย์ เทวดา

๖) เพื่อละตระหนี่ ๕ คือ ตระหนี่อาวาส ตระหนี่ตระกูล ตระหนี่ลาภ ตระหนี่วรรณะ ตระหนี่ธรรมะ

๗) เพื่อละสังโยชน์เบื้องบน ๕ คือ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ อวิชชา

๘) เพื่อละเจโตขีละ คือ ตาปูตรึงใจ ๕ คือ สงสัยในพระพุทธศาสนา สงสัยในพระธรรม สงสัยในพระสงฆ์ สงสัยในสิกขา โกรธไม่พอใจในเพื่อนพรหมจรรย์

๙) เพื่อละเจโตวินิพันธะ คือ เครื่องผูกพันจิตใจ ๕ คือ ไม่ปราศจากกำหนัด ชอบใจ รักใคร่ กระหาย เร่าร้อน ทะยานอยากในกาม ไม่ปราศจากกำหนัดในกาม ในรูป จนกระทั่งความสุขในการฉัน การนอน การรักษาศีล ประพฤติพรหมจรรย์เพื่อเทพนิกาย เป็นต้น

๑๐) เพื่อก้าวล่วงเสียซึ่งโสกะ ปริเทวะ ดับทุกข์ โทมนัส บรรลุมรรค ผล ทำพระนิพพานให้แจ้ง

๑๑) อานิสงส์อย่างสูงสุด ให้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ อย่างต่ำลงมาก็เป็นพระ-อนาคามี พระสกทาคามี พระโสดาบัน ถ้าต่ำลงมากกว่านั้น ที่เป็นอย่างสามัญก็เป็นผู้มีคติเที่ยงที่จะไปทางสุคติ ตามหลักที่ว่า "อิมินา ปน ญาเณน สมนฺนาคโต วิปสฺสโก พุทฺธสาสเน สทฺธสฺสาโส ลทฺธปติฏฺโฐ นิยตคติโก จูฬโสตาปนฺโน นาม โหติ" ความว่า บุคคลผู้มีปัญญาประจำขันธสันดาน เจริญวิปัสสนาแล้ว ย่อมสำเร็จเป็นจุลโสดาบันบุคคล ได้ความเบาใจ ได้ที่พึ่งอย่างดีในพระพุทธศาสนา มีคติเที่ยงที่จะไปทางสุคติ

อนึ่ง บุคคลผู้เจริญวิปัสสนา มีดวงตาญาณ เห็นความเกิดดับของรูปนาม ชื่อว่า เป็นผู้มีชีวิตอันประเสริฐ ดังบาลีว่า

โย จ วสฺสสตํ ชีเว อปสฺสํ อุทยพฺพยํ
เอกาหํ ชีวิตํ เสยฺโย ปสฺสโต อุทยพฺพยํ

ผู้ที่เห็นความเกิดดับของรูปนาม ถึงมีชีวิตอยู่ได้เพียงวันเดียว ก็ประเสริฐกว่าผู้ที่ไม่เห็นความเกิดดับของรูปนาม ซึ่งมีชีวิตอยู่ตั้งร้อยปี

ถาม การเจริญวิปัสสนากรรมฐานทำนองนี้ จะใช้เวลานานสักเท่าไร จึงจะได้ผลสมประสงค์ ?

ตอบ ถ้าเจริญติดต่อกันไป ตั้งแต่ ๗ วัน ๑๕ วัน ๑–๒–๓–๔–๕–๖–๗ เดือน หรือ ๑–๒–๓–๔–๕–๖–๗ ปีก็จะได้ผลสมประสงค์ ตามแต่วาสนาบารมีแก่กล้าหรือย่อหย่อน และที่กล่าวกำหนดมานี้ หมายถึงบุคคลที่มีวาสนาบารมีพอปานกลาง ถ้าท่านผู้ใดมีวาสนาบารมีแก่กล้า เจริญเวลาเช้าย่อมจะได้ผลสมประสงค์ในเวลาเย็น หรือเจริญในเวลาเย็นย่อมจะได้ผลสมประสงค์ในเวลาเช้า ดังคำอรรถกถาจารย์กล่าวไว้ว่า

"ติกฺขปญฺญํ ปน สนฺธาย ปาโตว อนุสิฏฺโฐ สายํ วิเสสํ อธิคมิสฺสติ สายํ อนุสิฏฺโฐ ปาโต วิเสสํ อธิคมิสฺสตีติ วุตฺตํ"

ที่ท่านกล่าวไว้ว่า "สอนในเวลาเช้า จักได้บรรลุธรรมวิเศษในเวลาเย็น สอนในเวลาเย็น จักได้บรรลุธรรมวิเศษในเวลาเช้า" นี้ หมายถึงติกขบุคคล คือผู้มีวาสนาบารมีแก่กล้า ฉะนี้แล

คำอธิษฐาน

อิทํ เม ปุญฺญํ อาสวกฺขยาวหํ โหตุ
อิทํ เม ปุญฺญํ นิพฺพานสฺส ปจฺจโย โหตุ
อิทํ เม ปุญฺญภาคํ สพฺพสตฺตานํ เทมิ

อานิสงส์แห่งการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

ท่านเจ้าคุณพระเทพสิทธิมุนี ญาณสิทฺธิเถร ป.ธ.๙ พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ได้ประมวลผลแห่งการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานไว้โดยสังเขปดังนี้ คือ—

๑. ทำให้เข้าใจธรรมทั้งในด้านปริยัติและด้านปฏิบัติได้ดีและละเอียดละออมากขึ้น เช่นเข้าใจคำว่า รูปนาม และพระไตรลักษณ์ เป็นต้น

๒. ทำให้มีกำลังใจเข้มแข็งยิ่งขึ้น

๓. ทำให้มีกำลังใจเป็นนักเสียสละขึ้นอีกมาก โดยทำงานไม่เห็นแก่เหน็ดเหนื่อย

๔. ทำให้ดูหนังสือธรรมเพลิดเพลิน ไม่รู้จักเบื่อ

๕. ทำให้อธิบายธรรมได้ดีขึ้นกว่าเดิม

๖. ทำให้มีสติดีขึ้น ความจำดีขึ้น

๗. เป็นมหากุศล เป็นบุญทุก ๆ ขณะที่ลงมือปฏิบัติ และสอนผู้อื่น

๘. เป็นคนไม่ประมาท เพราะมีใจระลึกอยู่กับรูปนามเป็นส่วนมาก

๙. ได้บำเพ็ญศีล สมาธิ ปัญญา ตามพุทธโอวาท

๑๐. ได้เดินตามทางสายกลาง คือมรรค ๘

๑๑. ได้เดินทางสายเอก คือหนึ่งไม่มีสอง

๑๒. ได้บำเพ็ญขันติบารมีเป็นที่ยิ่ง

๑๓. ทำให้ฉลาดรู้จักหลักความจริง และรู้จักชีวิตประจำวันดีขึ้น

๑๔. ทำให้รู้จักปรมัตถธรรม ไม่หลงติดอยู่ในบัญญัติธรรม อันเป็นเพียงโลกสมมติ

๑๕. ทำให้คนรักใคร่กัน สนิทสนมกลมกลืนกัน เข้าใจกันได้

๑๖. ทำให้คนมีความเมตตากรุณาต่อกัน เอ็นดูกัน สงสารกัน พลอยยินดีอนุโม-ทนาสาธุการในเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดี

๑๗. ทำคนให้เป็นคน ให้ดีกว่าคน ให้เด่นกว่าคน ให้เลิศกว่าคน ให้ประเสริฐกว่าคน ให้สูงกว่าคน ทำคนให้เป็นพระ

๑๘. ทำคนไม่ให้เบียดเบียนกัน ไม่ให้เอารัดเอาเปรียบกัน ไม่ให้อิจฉาริษยากัน

๑๙. ทำคนให้เป็นผู้ว่าง่าย สอนง่าย ไม่มีมานะถือตัว ไม่เย่อหยิ่งจองหอง

๒๐. ทำคนให้รู้จักตัวเอง และรู้จักปกครองตัวเอง คือ อ่านตัวออก บอกตัวได้ ใช้ตัวเป็น

๒๑. ทำคนให้หันหน้าเข้าหากัน ให้บรรจบกัน เพราะต่างฝ่ายต่างลดทิฏฐิมานะลงหากัน เข้ากันได้ เป็นกันเอง รู้ใจกันดี

๒๒. ทำคนให้เป็นผู้หนักแน่นในกตัญญูกตเวทิตาธรรม

๒๓. ทำคนให้มีกาย วาจา ใจ บริสุทธิ์

๒๔. ทำคนให้ได้รับความสุข ๗ ประการ คือ สุขของมนุษย์ ๑ สุขอันเป็นทิพย์ ๑ สุขในฌาน ๑ สุขในวิปัสสนา ๑ สุขในมรรค ๑ สุขในผล ๑ สุขคือนิพพาน ๑ ตามสมควรแก่การปฏิบัติของตน

๒๕. ทำคนให้พ้นจากความเศร้าโศกปริเทวนาการเหมือนอย่างนางปฏาจารา เป็นต้น

๒๖. ทำคนให้มีปัญญาดับความทุกข์ร้อนทางกายทางใจ

๒๗. ทำคนให้เดินทางถูก รู้จักวิถีทางแห่งชีวิตอันถูกต้องได้ดี ไม่หลงทาง ไม่มัวเมา

๒๘. ทำคนให้ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน เป็นปริโยสาน

๒๙. ถึงปฏิบัติได้เพียงฌานที่ ๑–๒ คือเพียงอยู่ในฌานชั้นต่ำ ๆ หรือฌานชั้นต้น ๆ ถ้าพยายามรักษาไว้ได้และปฏิบัติต่อ ๆ ไป ก็สามารถป้องกันภัยในอบายภูมิได้ ดังมีหลักฐานรับรองไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค กังขาวิตรณวิสุทธินิเทศ ว่า

อิมินา ปน ญาเณน สมนฺนาคโต วิปสฺสโก พุทฺธสาสเน ลทฺธสฺสาโส ลทฺธปติฏฺโฐ นิยตคติโก จูฬโสตาปนฺโน นาม โหติ

ผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานถึงญาณที่ ๒ คือ ปัจจยปริคคหญาณนี้แล้ว ได้ความเบาใจในพระพุทธศาสนา ได้ที่พึ่งที่ระลึกในพระพุทธศาสนา มีคติอันเที่ยง คือตายแล้วไม่ไปอบายภูมิ ชื่อว่าเป็นจูฬโสดาบัน หมายความว่า ผู้เข้าสู่กระแสพระนิพพานน้อย ๆ

๓๐. ถ้าปฏิบัติถึงญาณที่ ๔ คือ อุทยัพพยญาณ ชื่อว่า เป็นผู้มีชีวิตอันประเสริฐ ถึงจะตายเสียในวันนั้น ก็ยังดีกว่าบุคคลผู้ไม่ได้ปฏิบัติ แต่มีชีวิตเป็นอยู่ได้ตั้ง ๑๐๐ ปี ดังมีหลักฐานรับรองไว้ ซึ่งปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕ หน้า ๓๐ ว่า

โย จ วสฺสสตํ ชีเว อปสฺสํ อุทยพฺพยํ
เอกาหํ ชีวิตํ เสยฺโย ปสฺสโต อุทยพฺพยํ

ผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานถึงญาณที่ ๔ คือ อุทยัพพยญาณ เห็นความเกิดดับของรูปและนาม ถึงแม้จะมีชีวิตอยู่ได้เพียงวันเดียว ก็ยังประเสริฐกว่าบุคคลผู้ไม่เห็นความเกิดดับของรูปนามซึ่งมีชีวิตอยู่ได้ตั้ง ๑๐๐ ปี ดังนี้

๓๑. เป็นปัจจัยให้ได้บรรลุมรรค ผล นิพพานในชาติต่อ ๆ ไป คือ ถ้าเจริญวิปัสสนาในปฐมวัย แต่ไม่สำเร็จ จะเป็นปัจจัยให้ได้สำเร็จในมัชฌิมวัย ถ้าไม่สำเร็จในมัชฌิมวัย จะเป็นปัจจัยให้ได้สำเร็จในปัจฉิมวัย ถ้าปัจฉิมวัยไม่สำเร็จ จะเป็นปัจจัยให้สำเร็จในเวลาใกล้จะตาย ถ้าเวลาใกล้จะตายไม่สำเร็จ จะเป็นปัจจัยให้ได้ไปบังเกิดในสวรรค์ ปฏิบัติต่อแล้วสำเร็จบนสวรรค์ เมื่อลงมาเกิดเป็นมนุษย์จะได้พบพระพุทธศาสนา ได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้า หรือสาวกของพระพุทธเจ้า จะได้สำเร็จเร็วที่สุดเหมือนพระอัญญาโกณฑัญญะ พระพาหิยะทารุจิริยะ พระสารีบุตร พระโมคคัลลานะ เป็นต้น ถ้าไม่ได้พบพระพุทธศาสนา คือเป็นสุญญกัปป์ ก็จะได้เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้า สามารถตรัสรู้มรรค ผล นิพพานด้วยตนเองได้

๓๒. ทำกิเลส คือ โลภะ โทสะ โมหะ มานะ ทิฏฐิ เป็นต้น ให้เบาบางลง

๓๓. ทำให้เป็นคนมีใจสุขุมเยือกเย็น

๓๔. ทำให้เป็นคนมีสติรอบคอบ ดุจรถมีเครื่องห้ามล้อฉะนั้น

๓๕. ทำให้สมาธิดี ทำให้ความจำดีขึ้น เป็นประโยชน์แก่นักเรียน นักศึกษามาก

๓๖. ทำให้โรคภัยไข้เจ็บต่างๆ หายไป เช่น โรคประสาท โรคอัมมะพาต เป็นต้น

๓๗. สามารถเป็นปัจจัยนำไปเกิดในสวรรค์ได้ เช่น ภิกษุรูปหนึ่ง เจริญวิปัสสนากรรมฐานถึงญาณที่ ๔ คือ อุทยัพพยญาณ แล้วมรณภาพลง ได้ไปบังเกิดในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ลงมากราบทูลพระพุทธเจ้าขอฟังธรรมและปฏิบัติธรรมต่อ ได้สำเร็จเป็นพระโสดาบันในที่สุด

๓๘. ทำให้มีความเชื่อความเลื่อมใสในพระรัตนตรัยหนักแน่นยิ่งขึ้น

๓๙. สะดวกแก่การปกครอง คือ ทำให้ผู้ที่ได้รับการอบรมนั้น เป็นผู้ปกครองง่าย ไม่ก่อความเดือดร้อนให้เกิดขึ้นแก่หมู่คณะและสังคมทั่ว ๆ ไป

นอกจากนี้ ยังมีอานิสงส์อีกมากมาย ท่านกล่าวไว้ว่า "**อเนกสหสฺสา**" แปลว่า "มีอานิสงส์ตั้งหลายร้อยหลายพันอย่าง" ดังนี้เป็นต้น

เตือนสติผู้ปฏิบัติธรรม

ผู้ปฏิบัติธรรมที่ได้ผ่านการปฏิบัติไปพอสมควรแก่วาสนาบารมีของตน ๆ แล้ว ควรประพฤติปฏิบัติตนต่อไปอย่างไรบ้าง ? ท่านเจ้าคุณพระเทพสิทธิมุนี ได้ขอถือโอกาสเตือนสติไว้โดยย่อดังต่อไปนี้ คือ –

๑. ห้ามไม่ให้อวดกัน

การอวดกัน นั้น ถ้าเป็นพระสงฆ์ สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงวางหลักสิกขาบทวินัยไว้แล้วว่า ถ้าภิกษุใดอวดอุตริมนุสสธรรม ซึ่งไม่มีในตน ภิกษุนั้นต้องอาบัติปาราชิก คือขาดจากการเป็นพระ ถ้าตนเป็นจริง ถึงจริง พูดอวดก็ปรับอาบัติปาจิตตีย์ ทั้งนี้ มิใช่พระองค์หวงธรรม เพราะว่าธรรมไม่ใช่ของที่จะต้องไปอวดกัน ใครปฏิบัติได้ผลเฉพาะผู้ปฏิบัติเท่านั้น เหมือนกับการรับประทานอาหาร ใครรับประทานผู้นั้นก็อิ่ม จะรับประทานแทนกันหรืออิ่มแทนกันไม่ได้ การอวดกัน จึงถือว่าเป็นภัยอันร้ายแรงต่อพระพุทธศาสนา

๒. ผู้ปฏิบัติธรรมจะถูกคนถามเป็น ๓ จำพวก คือ

ก. ถามเพื่อคอยจับผิด

การถามเพื่อคอยจับผิดนั้น โดยมากผู้ถามเป็นคนไม่มีศรัทธา ไม่มีความเชื่อ ไม่มีความเลื่อมใส จึงได้ถามเพื่อคอยจับผิด เช่น เราไม่ได้เรียนปริยัติ เขาก็เอาปริยัติมาถาม เมื่อเราตอบไม่ถูกความประสงค์ของผู้ถาม หรือตอบไม่ได้ ก็จะเป็นเหตุให้ผู้ถามนั้นเข้าใจผิด และคอยจับผิด เช่น ถามว่า "ในเวลาปฏิบัตินั้น รู้จักปฏิจจสมุปบาทไหม ?" เมื่อเราตอบว่า "ไม่รู้" เขาก็จะพูดว่า การปฏิบัตินี้ไม่ถูกไม่จริง เป็นต้น บางคนที่มีปริยัติมาก ย่อมจะถามว่า การนั่งเพ่งท้อง พอง ยุบ อยู่เฉย ๆ จะเกิดปัญญาได้

อย่างไร พระพุทธเจ้าทรงพิจารณา บุพเพนิวาสานุสสติญาณ จุตูปปาตญาณ อาสวักขยญาณ ด้วยพระปัญญา ปัญญาจะเกิดต้องพิจารณามิใช่หรือ ดังนี้เป็นต้น ถ้าผู้ที่อ่อนปริยัติก็จะยอมจำนน คือตอบไม่ได้ ถ้าผู้มีปริยัติดี ปัญหาเช่นนี้เป็นของง่ายที่สุด และจะรู้ถึงเจตนาของผู้ถามได้ดีมากกว่า ผู้ถามนั้นมีน้ำใจอันขุ่นมัวหรือบริสุทธิ์ ผู้ที่ไม่เก่งปริยัติ ก็เป็นธรรมดาอยู่เองที่จะตอบไม่ได้ แม้ผู้ถามเป็นปุถุชน ผู้ตอบเป็นพระอรหันต์ ก็ยังสู้กันไม่ได้ เรื่องนี้เคยมีมาแล้วแต่ครั้งพุทธกาล คือ พระยามิลินทร์เป็นปุถุชน ถามพระอรหันต์ตั้งสองหมื่นองค์ก็ตอบไม่ได้ จำต้องหนีเข้าป่าไป พระอรหันต์ต้องไปอาราธนานาคเสนเทพบุตรบนสวรรค์มาเกิด แล้วให้บวชในพระพุทธศาสนา ศึกษาเล่าเรียนพระปริยัติจนแตกฉานในพระไตรปิฎก ได้ลงมือเจริญสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน แล้วจึงสามารถโต้ตอบกับพระยามิลินทร์ผู้เป็นปุถุชนได้

ข. ถามเพื่อยั่วกิเลส

การถามเพื่อยั่วกิเลสนั้น เช่น หาอุบายให้ผู้ปฏิบัติโกรธ เพื่อจะได้แสดงกิเลสหยาบออกมาให้เขาเห็น สุดแท้แต่กุสโลบายของผู้นั้น ฉะนั้น นักปฏิบัติต้องเป็นผู้อดทน ไม่ใจน้อย ไม่โกรธง่าย ไม่หุนหันพลันแล่น ต้องหนักแน่น ไม่หวั่นไหวต่อนินทา สรรเสริญ สุข ทุกข์

ค. ถามเพื่อเอาอย่าง

การถามเพื่อเอาอย่างนั้น คือ ผู้นั้นมีศรัทธาอยากจะเข้าปฏิบัติ แต่อยากรู้ก่อนว่าเวลาจะถึง มรรค ผล นิพพานนั้นเป็นอย่างไร ? เพื่อจะได้จำไว้ เวลาตัวเองไปปฏิบัติก็จะได้ผลเร็วขึ้น อันนี้ก็เป็นภัย เพราะการจำหรือการเลียนแบบนั้น เป็นเพียงความรู้ขั้นสุตมยญาณ กับ จินตามยญาณ เท่านั้น ยังไม่ใช่ภาวนามยญาณ ภาวนามยญาณนั้นจะฟังจากคนอื่น จำจากคนอื่น เลียนแบบจากคนอื่น ก็ไม่ได้ จะนึกคิดค้นเดาเอาเองก็ไม่ได้ ถ้าเพียงจำแบบของผู้อื่น เลียนแบบของผู้อื่น หรือนึกคิดเอาเอง ก็เป็น "วิปัสสนึก" คือ นึกค้นเดาเอาเอง มิใช่ "วิปัสสนา" วิปัสสนาจะต้องรู้แจ้งเห็นจริงเฉพาะตัวเองแท้ ๆ ท่านเรียก

ว่า "ปจฺจตฺตํ" รู้เฉพาะตัว คือ ตัวเองต้องกำหนดทันปัจจุบัน เห็นรูปนาม เห็นพระ-ไตรลักษณ์ ได้บรรลุ มรรค ผล นิพพาน จึงจะถูกต้อง

๓. พระโสดาบัน ๓ จำพวก คือ

ก. มหาโสดาบัน

มหาโสดาบันนั้น คือ ผู้นั้นมีศรัทธาจริง ตั้งใจจริง ปฏิบัติจริง รู้แจ้งแทงตลอด อริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค จริง ได้ผ่านญาณ ๑๖ ไปจริงๆ เป็นมหาโสดาบันจริงๆ

ข. อุลลปนโสดาบัน

อุลลปนโสดาบันนั้น คือ เป็นโสดาบันปลอม ได้แก่ตัวไม่ได้บรรลุ มรรค ผล นิพพานจริง แต่ไปอวดผู้อื่น เพื่อให้เขาเชื่อและเลื่อมใส เมื่อได้โอกาสก็คอยโกหกหลอกลวงผู้อื่น อย่างนี้ เรียกว่าโสดาบันปลอม เพราะตนไม่ได้จริง ไม่ถึงจริง เป็นมหาโจรปล้นศาสนา บาปมาก

ค. อธิมานิกโสดาบัน

อธิมานิกโสดาบันนั้น คือ บุคคลผู้ยิ่งด้วยมานะ ทิฏฐิ ถือตัวว่ามีปริยัติดี ก็เอาปริยัติไปพูดอวดผู้อื่น โดยอาศัยทิฏฐิอันลามก ยกตนข่มท่าน ตัวไม่ได้ ไม่ถึง ก็อวดอ้างว่าตัวได้ ตัวถึง มรรค ผล นิพพาน อย่างนี้ ก็เรียกว่าโสดาบันปลอม และเป็นมหาโจรปล้นศาสนา เช่นกัน

๔. วิธีตอบแก่ผู้อื่นในเมื่อถูกถาม

คนส่วนมากเกือบร้อยเปอร์เซนต์ จะต้องถูกถามว่า "ไปปฏิบัติธรรมเป็นอย่างไร ได้สำเร็จชั้นไหน ดีไหม ดีอย่างไร นรก สวรรค์มีไหม มรรค ผล นิพพานมีไหม ?" เป็นต้น

ผู้ปฏิบัติธรรมต้องตอบให้เป็น อย่าให้เป็นการกระทบกระเทือนผู้อื่นและตนเอง พูดแต่น้อยอย่าพูดมาก โบราณท่านสอนไว้ว่า "ปี๊บเปล่าตีดัง ปี๊บเต็มตีไม่ดัง" เราอาจจะตอบแต่น้อย ๆ ดังตัวอย่าง

ถามว่า ไปปฏิบัติธรรมเป็นอย่างไรบ้าง ?

ตอบว่า ดี ทำให้ใจสบาย

ถามว่า ได้สำเร็จชั้นไหน ?

ตอบว่า การสำเร็จชั้นไหน หรือไม่สำเร็จนั้น เป็นเรื่องเฉพาะตัว เหมือนรับประทานอาหาร ใครรับประทานคนนั้นก็อิ่ม โบราณท่านว่า "กินเองจึงจะอ้วน"

ถามว่า ดีไหม ?

ตอบว่า ดีมาก

ถามว่า ดีอย่างไร ?

ตอบว่า สิ่งที่ไม่เคยรู้ ไม่เคยเห็น เราก็ได้รู้ ได้เห็น

ถามว่า นรก สวรรค์ มรรค ผล นิพพาน มีจริงไหม ?

ตอบว่า จะมีจริงหรือไม่นั้น เชิญไปปฏิบัติดูก็แล้วกัน เพราะเป็นของรู้ได้เฉพาะตัว

๕. ให้ช่วยกันเผยแผ่กองทัพธรรมของพระพุทธเจ้า

กองทัพทางโลก อันประกอบด้วยแสนยานุภาพอย่างมากมายนั้น สำหรับป้องกันและปราบปรามข้าศึกที่จะมารุกรานประเทศบ้านเมือง ส่วนแสนยานุภาพแห่งกองทัพธรรม สำหรับให้พุทธบริษัทพากันนำระเบิดปรมาณูไปทิ้งที่กายนคร ป้องกันและปราบปรามข้าศึกภายใน คือ กิเลสทั้ง ๑๐ มี โลภ โกรธ หลง มานะ ทิฏฐิ ความไม่ละอายบาป ความไม่กลัวบาป เป็นต้น ปฏิวัติคนไม่ดี ให้กลับเป็นคนดี ทำคนดีอยู่แล้วให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไปเป็นทวีคูณ ถ้ากองทัพธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านี้ ยกขบวนไปถึงไหน จะมี

ความชุ่มชื่นเยือกเย็นไปทุกย่อมหญ้า แม้ในคุกในตะรางก็ไม่เลือกที่รักผลักที่ชัง ถ้าบ้านใดได้พากันเข้ามาปฏิบัติทั้งพ่อ แม่ ลูก หลานแล้ว บ้านนั้นจะได้นามใหม่ว่า "บ้านแสนสุข" เป็นแน่ ๆ

๖. ช่วยแนะนำบิดา มารดา ญาติมิตร

บิดามารดาเป็นผู้ที่มีบุญคุณต่อลูกมาก องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า บิดามารดานั้น เป็นพระพรหมของลูก เพราะประกอบด้วยพรหมวิหารธรรมทั้ง ๔ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา **เป็นบุรพาจารย์** คือ เป็นอาจารย์ก่อนใครทั้งหมดของลูก **เป็นบุพพเทวดา** คือ เป็นเทวดาของลูกก่อนเทวดาทั้งหลาย **เป็นอาหุเนยยบุคคล** ของลูก คือเป็นผู้ควรแก่เครื่องสักการะบูชาของลูก ดุจพระทักขิเณยย บุคคลผู้ควรแก่ทักษิณาทานของชาวบ้าน ฉะนั้น

การที่ลูกได้พากันชักนำบิดามารดา ให้มาดื่มรสพระธรรมอันแสนเยือกเย็นแสนสบาย หายทุกข์โศกโรคภัยได้นี้ นับว่าเป็นการตอบแทนคุณของท่านสูงที่สุด ถ้าลูกคนใดได้ชักนำพ่อแม่ ให้ท่านได้ทำทาน รักษาศีล ฟังธรรม เจริญสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐานแล้ว ลูกคนนั้นชื่อว่า ได้ตอบบุญแทนคุณค่าข้าวป้อนน้ำนม ที่พ่อแม่ได้ถนอมกล่อมเกลี้ยงเลี้ยงเรามาแต่อ้อนแต่ออกจนเจริญเติบโตอย่างสูงสุด และถูกต้องตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาอย่างดีที่สุดด้วย

แม้การที่ได้ชักนำญาติสนิทมิตรสหายมาประพฤติปฏิบัติ ก็เป็นมหากุศลอันล้ำเลิศอยู่ เพราะฉะนั้น ท่านนักปฏิบัติจึงจำเป็นอยู่เองที่จะพยายามแนะนำมารดา บิดา และญาติมิตร ให้ได้เข้ามาปฏิบัติธรรมตามทำนองคลองธรรม ดังกล่าวมานั้น

๗. ให้มีความสามัคคีกัน

ความสามัคคีกันนั้น เป็นของสำคัญมาก มีแต่ความเจริญฝ่ายเดียว ส่วนการแตกแยกกันนั้นไม่ดีเลย มีแต่ความเสื่อมฝ่ายเดียว เราทุกคนได้ปฏิญาณตนเป็นชาวพุทธ คือเป็นลูกของพระพุทธเจ้า มีสมเด็จพ่อองค์เดียวกัน ศาสนาอันเดียวกัน โลกอันเดียวกัน การเกลียดกัน ชังกัน เบียดเบียนกัน เอารัดเอาเปรียบกัน แตกแยกกัน ทะเลาะวิวาทกัน ไม่

มีประโยชน์อะไรเลย มีแต่ความเดือดร้อนฝ่ายเดียว อายุของคนๆ หนึ่งไม่เกิน ๑๐๐ ปี ไม่มีใครอยู่ค้ำฟ้าค้ำแผ่นดินหรอก ไม่กี่วันก็พากันกลับบ้านเก่าแล้ว ฉะนั้น เรารักกัน สามัคคีกัน ปรองดองกัน ดีกว่าชังกัน ดีกว่าแตกแยกกัน ดีกว่าไม่ปรองดองกัน เป็นร้อยเท่าพันทวี

องค์สมเด็จพระชินสีห์ จึงมีพระวาจาตรัสเทศนาสอนไว้ว่า

"สุขา สงฺฆสฺส สามคฺคี"

ความสามัคคีของหมู่ คือผู้อยู่ร่วมกัน นำมาแต่ความสุขฝ่ายเดียว

"สามคฺคี วุฑฺฒิสาธิกา"

ความสามัคคี มีแต่ความเจริญฝ่ายเดียว

๘. อย่าพูดว่า ทำกรรมฐานแล้ว ไม่ต้องทำบุญทำทานอีก

การทำบุญทำทานเป็นการสร้างความดี ไม่ใช่สร้างความชั่ว ผู้ที่มีใจถึงธรรมแล้วจะมีใจเปี่ยมด้วยปสาทศรัทธาอันแก่กล้าอยู่เสมอ ย่อมจะบำเพ็ญทาน ศีล ภาวนาเป็นประจำ แม้โบราณท่านก็สอนไว้ว่า "อยากรวย อยากสวย อยากดี"

อยากรวย ให้พากันทำทาน

อยากสวย ให้พากันรักษาศีล

อยากดี ให้พากันเจริญภาวนา

เกิดเป็นคนต้องทำตนให้ได้องค์ ๓ จึงจะไม่เสียชาติเกิด บางคนเกิดมาร่ำรวยแต่รูปขี้เหร่เพราะชาติปางก่อนทำแต่ทาน แต่ไม่ได้รักษาศีล บางคนรูปสวย แต่ยากจนเพราะชาติก่อนรักษาแต่ศีล แต่ไม่ทำทาน บางคนมีปัญญาดี แต่ยากจนและไม่สวย เพราะชาติก่อนบำเพ็ญแต่ภาวนา แต่ไม่ได้ให้ทานและรักษาศีลเป็นคู่กันไป เพราะฉะนั้น ต้องบำเพ็ญให้มีทั้ง ๓ อย่าง คือ ทาน ศีล ภาวนา จึงจะถูกหลัก

เรื่องนี้เคยมีนางสุมนาไปทูลถามพระพุทธเจ้าว่า พระพุทธเจ้าข้า มีคน ๒ คนในเวลาปฏิบัติธรรม มี ศีล สมาธิ ปัญญา เท่าๆ กัน แต่อีกคนหนึ่งชอบทำทานบ่อยๆ คนหนึ่งไม่ทำเลย เวลาตายไปแล้ว ๒ คนนี้แตกต่างกันอย่างไรพระพุทธเจ้าข้า ?

พระพุทธองค์ทรงตอบว่า ดูก่อนนางสุมนา คนที่ทำทานนั้นตายไปแล้ว ถ้าไปเกิดในสวรรค์อุดมสมบูรณ์ดีทุก ๆ อย่าง ถ้ามาเกิดเป็นมนุษย์ก็อุดมสมบูรณ์ไม่อดอยาก ถ้าออกบวชเป็นพระภิกษุในพระพุทธศาสนาก็เพียบพร้อมไปด้วยปัจจัย ๔ คือ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ ยาแก้ไข มีแต่คนมางอนง้อให้ใช้เสียซ้ำไป ส่วนคนที่ไม่ทำทานนั้น จะไปเกิดที่ไหนก็ยากจนเข็ญใจ มีแต่อาศัยเขาอยู่ แม้ออกบวชเป็นพระภิกษุในพระพุทธศาสนาก็ขาด ๆ เขิน ๆ มีแต่ขอเขาใช้ไม่อุดมสมบูรณ์เลย ดังนี้

เรื่องนี้สอนให้รู้ว่า บุญกุศลนั้นยิ่งทำมากเท่าใดยิ่งดีนัก เพราะเป็นประโยชน์เป็นที่พึ่ง แก่ตนทั้งโลกนี้และโลกหน้า ดังบาลีว่า

"ปุญฺญานิ ปรโลกสฺมึ ปติฏฺฐา โหนฺตุ ปาณินํ"

บุญเป็นที่พึ่งของสัตว์ทั้งหลายในโลกหน้า ดังนี้

๙. ปฏิบัติแล้ว อย่าพูดว่า ไม่ได้อะไร

ทำดีได้อะไร ? ได้ดี ทำชั่วได้อะไร ? ได้ชั่ว ทำบุญได้อะไร ? ได้บุญ ทำบาปได้อะไร ? ได้บาป เขียนหนังสือได้อะไร ? ได้หนังสือ ทำงานได้อะไร ? ได้งาน ทำกรรมฐานได้อะไร ? ได้กรรมฐาน ปฏิบัติได้อะไร ? ได้ปฏิบัติ ปัญหาเหล่านี้เป็นการเด่นอยู่ในตัวแล้ว คนเราทำอะไรก็ได้อันนั้นแหละก่อน ส่วนจะได้เงิน ทอง รถ เรือ นั้นเป็นเรื่องภายหลัง ถ้าใครพูดว่า "ปฏิบัติแล้วไม่ได้อะไร" เป็นการด่าตัวเอง คือ ส่อแสดงว่า ตัวเป็นคนขี้เกียจ ไม่ตั้งใจจริง ไม่ปฏิบัติจริง มัวแต่นอนอืดอยู่ เพราะคนอื่นที่เขาตั้งใจจริง ปฏิบัติจริง มีศรัทธาจริง ย่อมได้อะไรมากที่สุด ดังเช่น

ก. เมื่อก่อน คำว่า "ภาวนา" เขาทำกันอย่างไร เราก็ไม่เข้าใจ เวลาเดินจงกรม เวลานั่งเวลานอน เวลารับประทานอาหาร เขาปฏิบัติกันอย่างไร เราก็ไม่เคยทราบเลย และทำไม่เป็นด้วย แต่ครั้นเรามาเข้าปฏิบัติแล้ว เราสามารถทำได้ เช่น เดินระยะที่ ๑ ว่า ขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ เป็นต้น จนถึงระยะที่ ๖ เราก็สามารถเดินได้ ทำได้ จะคู้

เหยียด ก้ม เงย หรือนั่ง นอน เราก็สามารถกำหนดได้ทำได้ทุกอย่าง แม้จะสอนให้ผู้อื่นทำตามก็ได้ เช่นนี้ชื่อว่า เราได้มากอยู่

ข. เรามาปฏิบัติธรรม เราก็ได้ศีล สมาธิ ปัญญา ตามสมควรแก่วาสนาบารมีของตน ๆ เช่นขณะเดิน ขณะนั่ง ใจอยู่เท้าขวา เท้าซ้าย อยู่กับพอง ยุบ อยู่กับรูปนาม ขณะนั้นกายกรรม ๓ วจีกรรม ๔ มโนกรรม ๓ บริสุทธิ์ดี นั่นแหละเป็น "ศีล" ใจอยู่กับรูปนาม เช่น พอง ยุบเป็นต้น ไม่เผลอ นั่นแหละเป็น "สมาธิ" รู้รูปนาม เห็นพระไตร-ลักษณ์ ตลอดจนบรรลุมรรค ผล นิพพาน นั่นแหละเป็น "ปัญญา" เราบำเพ็ญภาวนาชื่อว่าได้ ศีล สมาธิ ปัญญา ทุก ๆ ก้าว

ค. อย่างน้อยที่สุด ก็ชื่อว่า เราได้มาปฏิบัติให้เป็นอุปนิสัยปัจจัยในชาติต่อ ๆ ไป แม้สัตว์ดิรัจฉานเช่นค้างคาว ๕๐๐ ตัว ฟังพระสวดพระอภิธรรมก็ดี แม่ไก่ฟังพระสอนวิปัสสนากรรมฐานก็ดี นกเค้าแมวถวายความเคารพต่อพระพุทธเจ้าก็ดี สุนัขถวายความจงรักภักดีต่อพระปัจเจกพุทธเจ้าก็ดี ยังเป็นอุปนิสัยปัจจัยให้ได้ไปสู่สุคติ และได้พบพระธรรมของพระพุทธเจ้าในชาติต่อ ๆ ไปก็มี โบราณท่านกล่าวไว้ว่า "ถ้าผู้ใดเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ชั่วช้างกระดิกหู ชั่วงูแลบลิ้น ชั่วไก่ปรบปีก ท่านผู้นั้นก็จะไม่ไปสู่อบายภูมิ" ดังนี้ก็มี

๑๐. ผู้ปฏิบัติธรรมไม่ควรเล่นการพนัน

การพนันเป็นอบายมุข คือ เหตุแห่งความฉิบหายอย่างหนึ่ง ในบรรดาอบายมุขทั้ง ๖ ซึ่งสมเด็จพระผู้มีพระภาคตรัสไว้ในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๑ ปาฏิกวรรค ทีฆนิกายว่า อบายมุขนั้นมี ๖ อย่าง คือ

๑. ดื่มน้ำเมา

๒. เที่ยวกลางคืน

๓. เที่ยวดูการเล่น

๔. เล่นการพนัน

๕. คบคนชั่วเป็นมิตร

๖. เกียจคร้านทำการงาน

เมื่อผู้ปฏิบัติได้ทราบแล้วว่า การพนันเป็นอบายมุขประเภทหนึ่ง นำมาแต่ความเสื่อมเสียแก่ตัวเองและหมู่คณะตลอดแก่พระศาสนา นำมาแต่ภัยเวร นำมาแต่ความประมาท เพราะฉะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจึงไม่ควรเล่นการพนัน จนชั้นที่สุด แม้บุหรี่ หมาก ถ้างดได้ยิ่งเป็นการดี เชิญท่านทั้งหลายคิดดูให้ดีเถิด กิเลสทั้งหลายอยู่ในห้วงแห่งดวงจิตลึกซึ้ง เราก็ยังอุตส่าห์พยายามจะขับไล่ออกให้หมด เพียงหญ้าปากคอกคือ แค่ริมฝีปาก แค่มือ เท่านี้ เราจะละไม่ได้หรือ ? ถ้าละกิเลสหยาบ ๆ เพียงเท่านี้ยังไม่ได้ก็ดูกระไรอยู่ช่างไม่เป็นตัวของตัวเสียเลย ช่างน่าสงสารและน่าสังเวชเสียเจียวหนอ ข้อนี้ขอฝากนักปฏิบัติไว้ ให้คิดสกิดไว้ ให้รู้เพื่อดูของท่านเอง มิได้บังคับใครทั้งสิ้น โบราณท่านสอนไว้ว่า

"อ่านตัวออก บอกตัวได้ ใช้ตัวเป็น"

"อ่านตัวออก บอกตัวได้ ใช้ตัวพึ่ง"

๑๑. อย่าติเตียนผู้อื่น สำนักอื่น

การติเตียนผู้อื่นสำนักอื่นนั้น คือการทำลายเกียรติของตัวเอง คือการด่าตัวเอง คือการดูถูกดูหมิ่นตัวเอง ผู้ปฏิบัติต้องสำรวจตัวเองเท่านั้น ไม่ควรไปใส่ใจสนใจในเรื่องของผู้อื่น เพราะว่าทุก ๆ สำนักก็ล้วนแต่สอนคนให้ทำความดีด้วยกันทั้งนั้น สุดแท้แต่ความฉลาด ความสามารถคือกุสโลบายของผู้สอน ต่างก็มิได้สอนคนให้เป็นโจรผู้ร้าย มุ่งแต่จะสอนคนให้ดำรงมั่นอยู่แต่ในศีลธรรม วัฒนธรรมอันดีงาม เมื่อเป็นเช่นนี้ เราควรส่งเสริมกัน ไม่ควรดูถูกดูหมิ่นกัน ไม่ควรตำหนิติเตียนกัน

พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ว่า

"น ปเรสํ วิโลมานิ อย่าไปใส่ใจถึงคำแสยงขน คำว่า คำติเตียนของผู้อื่น"

"น ปเรสํ กตากตํ อย่าไปดูกิจของผู้อื่นที่ทำแล้ว และยังไม่ได้ทำ"

"อตฺตโน ว อเวกฺเขยฺย กตานิ อกตานิ จ จงตรวจดูกิจที่ตนทำแล้ว และยังไม่ได้ทำนั้น เช่น ทาน ศีล ภาวนา ของเรามีหรือยัง ถ้ายังไม่มีก็อย่าประมาทและอย่านอนใจ จงรีบถ่อรีบพายเข้า ประเดี๋ยวตะวันจะสาย คือกายของท่านจะแก่ ตลาดจะวาย คือท่านจะ

ตายก่อน สายบัวจะเน่าคือร่างกายจะเน่าเปื่อยไปเปล่า ๆ โดยยังมิได้บรรลุ มรรค ผล นิพพาน”

๑๒. ให้รักษาชื่อเสียง

คนเราจะอยู่ในโลกคนเดียวไม่ได้ และจะมีคนเดียวก็ไม่ได้ ต่างต้องพึ่งกัน อาศัยกันและกัน เพราะฉะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมทุก ๆ คนต้องรักษาชื่อเสียงของตัวเอง ของครูบาอาจารย์ ของหมู่ ของคณะและของพระศาสนาให้ดี อย่ามักง่าย อย่าใจเร็วด่วนได้ อย่าหุนหันพลันแล่น เพราะผู้ปฏิบัติธรรมนั้น ชาวโลกยกนิ้วให้แล้วว่า **เป็นคนดี** แม้จะเป็นเด็กตั้งแต่อายุ ๗ ขวบเป็นต้นไปก็ตามเถิด ถ้าได้ปฏิบัติธรรมแล้วชาวโลกถือว่า ผู้นั้นเป็นผู้หลักผู้ใหญ่ เพราะได้ปฏิบัติธรรม ได้ประพฤติธรรม ได้อบรมตนให้มีศีลธรรมดีแล้ว แม้หัวหงอกแล้วก็ตาม ถ้าไม่มีสัตย์ ไม่มีธรรมแล้ว เขาเรียกว่า “เป็นเด็ก” เพราะแก่เปล่า

๑๓. ให้พากันปฏิบัติต่อๆไปอย่าประมาท

การปฏิบัติที่เราได้ผ่านมานั้นเป็นเพียงบันไดคั่นต้นเท่านั้น ทางที่จะเดินต่อไปยังมีอยู่อีกไกลมาก ต้องพยายามทำทุก ๆ วันอย่าให้ขาด อย่างน้อยที่สุดวันละ ๓๐ นาทีหรือ ๑ ชั่วโมง ถ้าได้มากกว่านั้นยิ่งเป็นการดี เพราะภพชาติยังมีอยู่ กิเลสตัณหายังมีอยู่ สมเด็จพ่อตรัสเตือนไว้ว่า

“ภิกฺขุ วิสฺสาสมาปาทิ อปฺปตฺโต อาสวกฺขยํ”

ผู้ที่เห็นภัยในสงสาร ถ้าตนยังไม่ถึงมรรค ผล นิพพาน อย่าเพิ่งนอนใจ

๑๔. นักปฏิบัติธรรมเสื่อม

นักปฏิบัติธรรม ย่อมเสื่อมจากคุณธรรมเบื้องสูง เพราะเหตุ ๕ ประการ คือ

๑) มีกิจการงานมาก แล้วเลิกปฏิบัติ

๒) กังวลอยู่กับการงานเล็ก ๆ น้อย ๆ แล้วเลิกปฏิบัติ

๓) คลุกคลีอยู่กับหมู่จนเกินไป แล้วเลิกปฏิบัติ

๔) เที่ยวดูหนัง ลิเก ละคอน แล้วเลิกปฏิบัติ

๕) สนทนากันแต่ถ้อยคำที่ไม่เป็นประโยชน์ เล่าแต่เรื่องคนอื่น สนใจแต่เรื่องคนอื่น ไม่อ่านตัวเอง ไม่แก้ตัวเอง เว้นถ้อยคำอันเป็นประโยชน์ ๑๐ ประการ คือ

(๑) **อัปปิจฉกถา** ถ้อยคำที่ชักนำให้มีความปรารถนาน้อย

(๒) **สันตุฏฐกถา** ถ้อยคำที่ชักนำให้รู้จักพอ

(๓) **ปวิเวกกถา** ถ้อยคำที่ชักนำให้สงัดกายสงัดใจ

(๔) **อสังสัคคกถา** ถ้อยคำที่ชักนำไม่ให้ระคนด้วยหมู่

(๕) **วิริยารัมภกถา** ถ้อยคำที่ชักนำให้ปรารภความเพียร

(๖) **สีลกถา** ถ้อยคำที่ชักนำให้ตั้งอยู่ในศีล

(๗) **สมาธิกถา** ถ้อยคำที่ชักนำให้ทำใจสงบ

(๘) **ปัญญากถา** ถ้อยคำที่ชักนำให้เกิดปัญญา

(๙) **วิมุตติกถา** ถ้อยคำที่ชักนำให้ทำใจให้หลุดพ้นจากกิเลส

(๑๐) **วิมุตติญาณทัสสนกถา** ถ้อยคำที่ชักนำให้เกิดความรู้ความเห็นในความที่ใจหลุดพ้นจากกิเลส

๑๕. นักปฏิบัติธรรม ควรดำเนินรอยตามตัวอย่างนี้

ท่านมหานาม ได้ทูลถามสมเด็จพระผู้มีพระภาค ดังปรากฏในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๒ หน้า ๓๑๖ ใจความว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ผู้ปฏิบัติธรรมแล้ว จะพึงเป็นอยู่โดยมากอย่างไร ?

สมเด็จพระจอมไตรตรัสตอบว่า ต้องประกอบด้วยองค์ ๖ ดังใจความต่อไปนี้ คือ –

๑) ระลึกถึงคุณพระพุทธเจ้าเนือง ๆ ว่า "อิติปิโส ภควา ฯลฯ

๒) ระลึกถึงคุณพระธรรมเนือง ๆ ว่า "สวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม ฯลฯ"

๓) ระลึกถึงคุณพระสงฆ์เนือง ๆ ว่า "สุปฏิปนฺโน ภควโต ฯลฯ"

๔) ระลึกถึงศีลของตนเนือง ๆ ว่า "อขณฺฑานิ อจฺฉิทฺทานิ อสพลานิ อกมฺมาสานิ ภุชฺชิสฺสานิ วิญฺญูปสฏฺฐานิ อปรามฏฺฐานิ สมาธิสํวตฺตนิกานิ ศีลของเราไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ด่าง ไม่พร้อย เป็นไทย นักปราชญ์สรรเสริญ อันกิเลสตัณหาไม่ถูกต้อง เป็นไปพร้อมเพื่อสมาธิ"

๕) ระลึกถึงทานที่ตนได้บริจาคแล้วเนือง ๆ ว่า "ลาภา วต เม สุลทฺธํ วต เม" เป็นต้น ใจความว่า "การที่เรามีใจปราศจากความตระหนี่ ยินดีในการจำแนกแจกทานนี้ เป็นลาภของเราหนอ เราได้ดีแล้วหนอ"

๖) ระลึกถึงเทวดาและคุณธรรมที่ทำให้เป็นเทวดา ว่าเทวดาทั้งหลาย คือ

สมมติเทวดา เทวดาโดยสมมติ คือ กษัตริย์ก็ดี

วิสุทธิเทวดา เทวดาผู้บริสุทธิ์ ได้แก่ พระอรหันต์ก็ดี

อุปปัตติเทวดา เทวดาโดยกำเนิด ได้แก่ เทวดาชั้นจาตุม ชั้นดาวดึงส์ ชั้นยามา ชั้นดุสิต เป็นต้นก็ดี เทวดาเหล่านั้นมีอยู่แน่นอน ท่านได้เป็นเทวดาก็เพราะบำเพ็ญคุณงามความดี คือ ทานกุศล ศีลกุศล และภาวนากุศล ถ้าเราบำเพ็ญกุศลเหล่านั้น ก็จะได้เป็นอย่างท่าน เพราะฉะนั้น เราจะไม่ประมาท เราจะบำเพ็ญต่อ ๆ ไป จนสุดความสามารถของตน

นอกจากนี้ให้พากันปฏิบัติตาม **เสขปฏิปทาสูตร คือ**

(๑) มั่นอยู่ในศีล ๕–๘–๑๐–๒๒๗ ตามสมควรแก่เพศ

(๒) สำรวมอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้อยู่ในกรอบแห่งศีล สมาธิ ปัญญา

(๓) รู้จักประมาณในการบริโภค

(๔) ประกอบด้วยธรรมของสัตตบุรุษ คือ คนดี ๗ ประการ ได้แก่

ก. มีศรัทธา

ข. มีหิริ คือความละอายต่อบาป

ค. มีโอตตัปปะ คือความสะดุ้งกลัวต่อบาป

ง. เป็นพหูสูตร คือหมั่นสดับตรับฟังพระธรรมเทศนาบ่อย ๆ

จ. มีวิริยะ คือความเพียรในที่ ๔ สถาน ได้แก่ เพียรระวังไม่ให้บาปเกิดขึ้นในสันดาน เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้วให้เสื่อมไป เพียรบำเพ็ญกุศลให้มีขึ้นในตน เพียรรักษากุศลที่เกิดแล้วมิให้เสื่อมไป

ฉ. มีสติ ระลึกได้ก่อนทำ ก่อนพูด ก่อนคิด และหมั่นเจริญวิปัสสนากรรมฐาน คือ กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และธรรมานุปัสสนา อยู่เนืองนิตย์

ช. มีปัญญา คือมีสุตมยปัญญา จินตามยปัญญา และภาวนามยปัญญา

(๔) หมั่นเจริญ สมถะ และวิปัสสนา เป็นประจำ คือ มิให้ขาด มีดที่ไม่หมั่นลับสนิมย่อมเข้าจับได้ง่ายฉันใด ใจก็ฉันนั้น ถ้าไม่หมั่นลับ ไม่หมั่นฝึกอบรม ไม่หมั่นปฏิบัติ สนิมคือกิเลสย่อมเข้าจับได้ง่ายเช่นกัน

วุฑฺฒึ วิรุฬฺหึ เวปุลฺลํ ปปฺโปนฺตุ พุทฺธสาสเน

ขอท่านทั้งหลาย จงถือแต่ความเจริญ งอกงามไพบูลย์ในพระพุทธศาสนาตลอดกาลเป็นนิตย์ สถิตมั่นในสัจจธรรม นำตนให้พ้นทุกข์ ประสบสุขอันไพบูลย์ กล่าวคือ มรรค ผล นิพพาน ด้วยกันทุกท่าน เทอญฯ



อิติปิ โส รตนมาลา

หรือ

พุทธคุณ ๕๖

อิติปิ โส รตนมาลา หรือ พุทธคุณ ๕๖

ของ

ท่านเจ้าคุณพระเทพสิทธิมุนี ญาณสิทฺธิเถร พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระวัดมหาธาตุ

อิติปิ โส ภควา อรหํ

อิติปิ โส ภควา สมฺมาสมฺพุทฺโธ

อิติปิ โส ภควา วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน

อิติปิ โส ภควา สุคโต

อิติปิ โส ภควา โลกวิทู

อิติปิ โส ภควา อนุตฺตโร ปุริสทมฺมสารถิ

อิติปิ โส ภควา สตฺถา เทวมนุสฺสานํ

อิติปิ โส ภควา พุทฺโธ

อิติปิ โส ภควา ภควาติ ฯ

๑. อิ

อิฏฺโฐ สพฺพญฺญุตญาณํ อิจฺฉนฺโต อาสวกฺขยํ

อิฏฺฐํ ธมฺมํ อนุปฺปตฺโต อิทฺธิมนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ปรารถนาแล้วซึ่งพระสัพพัญญุตญาณ ปรารถนาอยู่ซึ่งธรรมเป็นที่สิ้นไปแห่งอาสวะ ถึงโดยลำดับแล้ว ซึ่งธรรมอันพระองค์ปรารถนาแล้ว ข้าพเจ้าขอนอบน้อมซึ่งพระพุทธเจ้าผู้มีฤทธิ์ พระองค์นั้น ฯ

๒. ติ

ติณฺโณ โย วฏฺฏทุกฺขมฺหา ติณฺณํ โลกานมุตฺตโม

ติสฺโส ภูมิ อติกฺกนฺโต ติณฺณโอฆํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ข้ามแล้วจากทุกข์ในวัฏฏะ ผู้สูงสุดกว่าโลกทั้งสามผู้ก้าวล่วงแล้วซึ่งภูมิทั้งสาม ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ข้ามแล้วซึ่งโอฆะทั้ง ๔ มีอาโมฆะเป็นต้น ฯ

๓. ปี

ปีโย เทวมนุสฺสานํ ปีโย พฺรหฺมานมุตฺตโม
ปีโย นาคสุปณฺณานํ ปีณินฺทฺริยํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ผู้เป็นที่รักของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ผู้เป็นที่รักอันสูงสุดของพรหมทั้งหลาย ผู้เป็นที่รักอันสูงสุดของนาคและครุฑทั้งหลาย ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้มีอินทรีย์บริบูรณ์ ฯ

๔. โส

โสกา วิรตฺจิตฺโต โย โสภมาโน สเทวเก
โสกปฺปตฺเต ปโมเทนฺโต โสภวณฺณํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ผู้มีจิตปราศจากความเศร้าโศก ผู้งามในโลกทั้งเทวโลก ยังสัตว์ทั้งหลายผู้ถึงแล้วซึ่งความเศร้าโศกให้บังเทิงอยู่ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้มีวรรณะอันงาม ฯ

๕. ภ

ภชฺชิตา เยน สทฺธมฺมา ภคฺคปาเปน ตาทินา
ภเย สตฺเต ปหาเสนฺโต ภยสนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระสัทธรรมทั้งหลาย อันพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด ทรงแจกแล้ว ผู้มีบาปอันหักเสียแล้ว ผู้คงที่ ยังสัตว์ทั้งหลายผู้กลัว ให้รื่นเริงอยู่ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ผู้มีภัยอันสงบแล้ว ฯ

๖. ค.

คมฺโต เยน สทฺธมฺโม คมาปีโต สเทวกํ
คจฺฉมาโน สิวํ รมฺมํ คตธมฺมํ นมามิหํ ฯ

พระสัทธรรมอันพระผู้มีพระภาคพระองค์ใดถึงแล้ว ผู้ยังสัตว์โลกพร้อมทั้งเทวดาให้ถึงแล้ว ผู้ถึงอยู่ซึ่งพระนิพพาน เป็นที่ยินดี เป็นที่เกษม ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ผู้มีธรรมอันถึงแล้ว ฯ

๗. วา

วานา นิกฺขมิ โย ตณฺหา　　วาจํ ภาสติ อุตฺตมํ
วานนิพฺพาปนตฺถาย　　วายมนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด ผู้ออกไปจากตัณหาเครื่องร้อยรัด ย่อมตรัสซึ่งวาจาอันสูงสุด เพื่อประโยชน์แก่อันยังตัณหาเครื่องร้อยรัดให้ดับไป ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระผู้มีภาคเจ้าพระองค์นั้น ผู้เพียรอยู่ ฯ

๘. อ

อนสฺสาสกสตฺตานํ　　อนุสาสํ เทติ โย ชิโน
อนนฺตคุณสมฺปนฺโน　　อนฺตาคามึ นมามิหํ ฯ

พระชินะอรหันตะเจ้าพระองค์ใด ให้อยู่ซึ่งความหายใจคล่อง แก่สัตว์ทั้งหลายผู้หายใจไม่คล่อง ผู้ถึงพร้อมด้วยคุณไม่มีที่สุด ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระชินะอรหันตะเจ้าพระองค์นั้น ผู้ถึงซึ่งที่สุดธรรม ฯ

๙. ร

รโต นิพฺพานสมฺปตฺเต　　รโต โส สตฺตโมจเน
รมฺมาเปติธ สตฺเต โย　　รณจาคํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ผู้ทรงยินดีแล้วในธรรม อันถึงพร้อมซึ่งพระนิพพาน ยินดีแล้วในอันยังสัตว์ให้พ้นจากกิเลสและกองทุกข์ ย่อมยังสัตว์ทั้งหลาย ให้ยินดีในพระนิพพานนี้ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้กำจัดเสียซึ่งข้าศึกคือกิเลส ฯ

๑๐. หํ

หญฺญเต ปาปเก ธมฺเม　　หํสาเปติ ปรํ ชนํ
หํสมานํ มหาวีรํ　　หนฺตปาปํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ย่อมฆ่าเสียซึ่งธรรมทั้งหลายอันลามก ยังชนอื่นใดรื่นเริงอยู่ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ยังหมู่สัตว์ให้ร่าเริงอยู่ ผู้มีความเพียรอันยิ่งใหญ่ ผู้มีบาปอันฆ่าเสียแล้ว ฯ

๑๑. สมฺ

สํขตาสํขเต ธมฺเม สมฺมา เทเสสิ ปาณินํ
สํสารํ สํวิฆาเฏติ สสมฺพุทฺธํ นมามิหํ ฯ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ใด ได้ทรงแสดงแล้วโดยชอบซึ่งธรรมทั้งหลาย ที่เป็นสังขตะและเป็นอสังขตะ แก่สัตว์ทั้งหลาย ย่อมกำจัดเสียซึ่งสังสารทุกข์ ข้าพเจ้าขอนอบ-น้อมพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ตรัสรู้ชอบเอง ฯ

๑๒. มา

มาตาว ปาลิโต สตฺเต มานถทฺเธ ปมทฺทิโน
มานิโต เทวสํเฆหิ มานฆฏํ นมามิหํ ฯ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ใด เป็นประดุจมารดา ผู้เลี้ยงซึ่งสัตว์ทั้งหลาย ผู้ย่ำยีเสียซึ่งความกระด้างด้วยมานะทั้งหลาย ผู้อันหมู่แห่งเทวดาและมนุษย์ทั้งหลายนับถือแล้ว ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ขจัดเสียได้ซึ่งมานะ ฯ

๑๓. สมฺ

สญฺจยํ ปารมึ สมฺมา สญฺจิตฺวา สุขมตฺตโน
สํขารานํ ขยํ กตฺวา สนฺตคามึ นมามิหํ ฯ

ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ก่อสร้างพระบารมีโดยชอบ สั่งสมแล้วซึ่งสุขเพื่อตน กระทำแล้วซึ่งธรรมเป็นเหตุสิ้นไปแห่งสังขารทั้งหลาย ถึงพระนิพพานอันสงบระงับ ฯ

๑๔. พุทฺ

พุชฺฌิตฺวา จตุสจฺจานิ พุชฺฌาเปติ มหาชนํ
พุชฺฌาเปนฺตํ สิวํ มคฺคํ พุทฺธเสฏฺฐํ นมามิหํ ฯ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ใด ตรัสรู้แล้วซึ่งสัจจะสี่ ยังมหาชนให้รู้อยู่ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ยังสรรพสัตว์ให้รู้อยู่ซึ่งทางอันเกษมผู้ประเสริฐสุดฯ

๑๕. โธ

โธติ ราเค จ โทเส จ โธติ โมเห จ ปาณินํ
โธตาสวํ มหาวีรํ โธตเกฺลสํ นมามิหํ ฯ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ใด ย่อมขจัดเสียซึ่งราคะ โทสะ โมหะแห่งสัตว์ทั้งหลาย ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์นั้น ผู้มีอาสวะอันขจัดแล้ว ผู้มีความเพียรอันยิ่งใหญ่ ผู้มีกิเลสอันขจัดแล้ว ฯ

๑๖ วิชฺ

วิวิจฺเจว อสทฺธมฺมา วิจิตฺวา ธมฺมเทสนํ
วิเวเก ฐิตจิตฺโต โย วิทิตนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด มีจิตตั้งอยู่แล้วในวิเวก สงัดแล้วจากอสัทธรรม ร้อยกรองแล้วซึ่งพระธรรมเทศนา ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้รู้แล้ว ฯ

๑๗. ชา

ชาติธมฺโม ชราธมฺโม ชาติอนฺโต ปกาสิโต
ชาติเสฏฺเฐน พุทฺเธน ชาติโมกฺขํ นมามิหํ ฯ

ชาติธรรม ชราธรรม ที่สุดแห่งชาติ อันพระพุทธเจ้าพระองค์ใด ผู้มีชาติอันประเสริฐสุด ผู้รู้แล้ว ประกาศแล้ว ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้พ้นจากชาติ ฯ

๑๘. จ

จยเต ปุญฺญสมฺภาเร จเยติ สุขสมฺปทํ
จชนฺตํ ปาปกมฺมานิ จชาเปนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด สั่งสมอยู่ซึ่งสัมภาระเป็นบุญทั้งหลาย ก่อสร้างอยู่ซึ่งความถึงพร้อมแห่งสุข ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ละอยู่ ผู้ให้ละอยู่ ซึ่งกรรมอันลามกทั้งหลาย ฯ

๑๙. ร

รมิตํ เยน นิพฺพานํ　　　รกฺขิตํ โลกสมฺปทํ
รชโทสาทิเกฺลเสหิ　　　รหิตํ ตํ นมามิหํ ฯ

พระนิพพาน อันพระพุทธเจ้าพระองค์ใด ทรงยินดีแล้ว ความถึงพร้อมในโลกอันพระพุทธเจ้าพระองค์ใดรักษาแล้ว ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้เว้นแล้วจากกิเลส มีความยินดีและความคิดประทุษร้ายเป็นต้น ฯ

๒๐. ณ

นมิโตเยว พฺรหฺเมหิ　　　นรเทเวหิ สพฺพทา
นทนฺโต สิหนาทํ โย　　　นทนฺตํ ตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด อันมนุษย์ เทวดา และพรหมทั้งหลายนอบน้อมแล้ว ในกาลทุกเมื่อ บันลือสีหนาทอยู่ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้บันลืออยู่ ฯ

๒๑. สมฺ (ส)

สํขาเร ติวิเธ โลเก　　　สญฺชานาติ อนิจฺจโต
สมฺมานิพฺพานสมฺปตฺโต　　　สมฺปสฺสนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด รู้พร้อมอยู่ซึ่งสังขารทั้งหลายในโลกสาม โดยความเป็นของไม่เที่ยง ถึงพร้อมแล้วซึ่งพระนิพพานโดยชอบ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์-นั้น ผู้เห็นอยู่โดยชอบ ฯ

๒๒. ปนฺ (มฺป)

ปกฺกเต โพธิสมฺภาเร　　　ปสฏฺโฐ โส สเทวเก
ปญฺญาย อสโม โหติ　　　ปสนฺนํ ตํ นมามิหํ ฯ

ครั้นเมื่อโพธิสมภาร อันพระพุทธเจ้าพระองค์ใดทรงสร้างมาแล้ว พระองค์เป็นผู้อันมนุษย์และเทวดาสรรเสริญแล้ว ทั้งในโลกนี้พร้อมทั้งเทวโลก หาผู้เสมอด้วยพระปัญญาบ่มิได้มี ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ผ่องแผ้วแล้ว ฯ

๒๓. โน (นฺโน)

โน เทติ นิรยํ คนฺตุํ　　โน จ ปาปํ อการยิ
โน สโม อตฺถิ ปญฺญาย　　โนนธมฺมํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ย่อมไม่ให้เพื่อจะไปนรก อนึ่ง ไม่ได้ให้กระทำแล้วซึ่ง-บาป ไม่มีใครเสมอด้วยปัญญา ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้มีธรรมอันยิ่ง ฯ

๒๔. สุ

สุนฺทโร วรรูเปน　　สุสฺสโร ธมฺมภาสเน
สุทุทฺทสํ ทิสาเปติ　　สุคตนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด งามด้วยพระรูปอันประเสริฐ มีพระกระแสเสียงอัน-ไพเราะในอันตรัสซึ่งธรรม ให้เห็นอยู่ซึ่งธรรมที่บุคคลเห็นได้ยาก ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้เสด็จไปดีแล้ว ฯ

๒๕. ค

คจฺฉนฺโต โลกิยํ ธมฺมํ　　คจฺฉนฺโต อมตํ ปทํ
คโต โส สตฺตโมเจตุํ　　คตญฺญู นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ถึงอยู่ซึ่งธรรมอันเป็นโลกีย์ ถึงอยู่ซึ่งทางอันไม่ตาย พระพุทธองค์เสด็จไปแล้ว เพื่อจะยังสัตว์ให้พ้นจากทุกข์ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้มีพระญาณอันทรงบรรลุแล้ว ฯ

๒๖. โต

โตเสนฺโต วรธมฺเมน　　โตสฏฺฐาเน สิเว วเร
โตสํ อกาสิ ชนฺตูนํ　　โตสจิตฺตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ให้สรรพสัตว์ยินดีอยู่ด้วยพระธรรมอันประเสริฐ ได้กระทำแล้วซึ่งความยินดีในที่ควรยินดี อันเกษม ประเสริฐ แก่สัตว์ทั้งหลาย ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้มีจิตเที่ยงตรงดุจตราชั่ง ฯ

๒๗. โล

โลเภ ชหติ สมฺพุทฺโธ　　โลกเสฏฺโฐ คุณากโร
โลเภ สตฺเต ชหาเปติ　　โลภสนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด เป็นผู้ตรัสรู้เองแล้ว ย่อมละเสียซึ่งโลภะทั้งหลาย ผู้เป็นบ่อเกิดแห่งคุณ เป็นผู้ประเสริฐสุดในโลก ย่อมยังสัตว์ทั้งหลายให้ละเสียซึ่งโลภะ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ระงับเสียซึ่งความโลภ ฯ

๒๘. ก

กนฺโต โย สพฺพสตฺตานํ　　กตฺวา ทุกฺขกฺขยํ ชิโน
กเถนฺโต มธุรํ ธมฺมํ　　กถาสณฺหํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ผู้ชนะ ล่วงกันดารไปแล้ว กระทำแล้วซึ่งความสิ้นไปแห่งทุกข์ เพื่อสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง ตรัสอยู่ซึ่งธรรมอันไพเราะ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้มีถ้อยคำอันไพเราะเสนาะยิ่ง ฯ

๒๙. วิ

วินยํ โย ปกาเสติ　　วิทฺธํเสตฺวา ตโย ภเว
วิเสสญฺญาณสมฺปนฺโน　　วิปฺปสนฺนํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ถึงพร้อมแล้วด้วยพระญาณอันวิเศษ กำจัดเสียซึ่งภพทั้งหลาย ประกาศอยู่ซึ่งอุบายเครื่องแนะนำ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ผ่องแผ้วแล้ว ฯ

๓๐. ทู

ทูเส สตฺเต ปหาเสนฺโต　　ทูรฏฺฐานํ ปกาสติ
ทูรํ นิพฺพานมาคมฺม　　ทูสหานํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าองค์ใด ยังสัตว์ผู้ประทุษร้ายให้รื่นเริงอยู่ ประกาศซึ่งที่อันไกล อาศัยแล้วซึ่งพระนิพพานอันไกล ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ละเสียซึ่งความประทุษร้าย ฯ

๓๑. อ

อนฺตํ ชาติชราทีนํ อกาสิ ทุปทุตฺตโม
อเนกุสฺสาหจิตฺเตน อสฺสาเสนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ผู้สูงสุดกว่าสัตว์สองเท้า ได้ทรงทำแล้วซึ่งที่สุดแห่งทุกข์ทั้งหลาย มีชาติชราเป็นต้น ด้วยจิตมีความอุสสาหะมิใช่น้อย ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ให้หายใจคล่องอยู่ ฯ

๓๒. นุตฺ

นุเทติ ราคจิตฺตานิ นุทาเปติ ปรํ ชนํ
นุนอตฺถํ มนุสฺสานํ นุสาสนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ย่อมบันเทาเสียซึ่งราคะจิตทั้งหลาย ยังชนอื่นให้บันเทาอยู่ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ตามสอนอยู่ซึ่งอรรถอันสละสลวยแก่มนุษย์ทั้งหลาย ฯ

๓๓. ต

ตโนติ กุสลํ ธมฺมํ ตโนติ ธมฺมเทสนํ
ตณฺหาย วิจรนฺตานํ ตณฺหาฆาฏํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ย่อมแผ่ไปซึ่งธรรมอันเป็นกุศล ย่อมแผ่ไปซึ่งพระธรรมเทศนา เพื่อสัตว์ทั้งหลายผู้ท่องเที่ยวไปอยู่ด้วยตัณหา ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ฆ่าเสียซึ่งตัณหา ฯ

๓๔. โร

โรเสนฺเต เนว โกเปติ โรเส เหว น กุชฺฌติ
โรคานํ ราคอาทีนํ โรคสนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ไม่โกรธเลย ซึ่งสัตว์ทั้งหลายผู้โกรธอยู่ ไม่เคืองอยู่ซึ่งสัตว์ทั้งหลายผู้เคืองอยู่ทีเดียว ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้มีโรคทั้งหลาย มีราคะเป็นต้น อันระงับแล้ว ฯ

๓๕. ปุ

ปุณฺณํ อตฺตโน ปาปํ ปุเรนฺตํ ทสปารมิ

ปุญฺญวนฺตสฺส ราชสฺส ปุตฺตภูตํ นมามิหํ ฯ

ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้า ผู้ละอยู่ซึ่งบาปของพระองค์ ยังบารมี ๑๐ ให้เต็มอยู่ ผู้เป็นบุตรของพระราชาผู้มีบุญ ฯ

๓๖. ริ

ริปุราคาทิภูตํว ริทฺธิยา ปฏิหญฺญติ

ริตฺตํ กมฺมํ ม กาเรตา ริยวํสํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ย่อมขจัดเสียซึ่งกิเลสมีราคะดังข้าศึกเป็นต้นด้วยฤทธิ์ ไม่ให้สรรพสัตว์ทำกรรมอันเหลวไหล ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้เป็นอริยวงศ์ ฯ

๓๗. ส

สมฺปนฺโน วรสีเลน สมาธิปวโร ชิโน

สยมฺภูญาณสมฺปนฺโน สณฺหวาจํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด เป็นผู้ชนะ ถึงพร้อมแล้วด้วยศีลอันประเสริฐ มีสมาธิอันประเสริฐ ถึงพร้อมแล้วด้วยพระญาณแห่งบุคคลผู้รู้เอง ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้มีพระวาจาไพเราะ ฯ

๓๘. ทมฺ

ทนฺโต โย สกจิตฺตานิ ทมิตฺวาปิ สเทวกํ

ททนฺโต อมตํ เขมํ ทนฺตินฺทฺริยํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ฝึกอยู่ซึ่งจิตทั้งหลายของพระองค์ แม้ทรงทรมานแล้วซึ่งสัตว์โลกเป็นไปกับด้วยเทวโลก ประทานอยู่ซึ่งอมตธรรมอันเกษม ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้มีอินทรีย์อันทรมานแล้ว ฯ

๓๙. ม

มหุสฺสาเหน สมฺพุทฺโธ มหนฺตํ ญาณมาคมิ
มหิตํ นรเทเวหิ มโนสุทฺธํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด เป็นผู้ตรัสรู้เอง บรรลุแล้วซึ่งพระญาณอันใหญ่ ด้วยพระอุสสาหะอันใหญ่ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้อันนรชนและเทวดาทั้งหลายบูชาแล้ว ผู้มีพระทัยหมดจดแล้ว ฯ

๔๐. สา

สารํ เทตีธ สตฺตานํ สาเรติ อมตํ ปทํ
สารถี วิย สาเรติ สารธมฺมํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ประทานอยู่ซึ่งสาระประโยชน์แก่สัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ ให้ดำเนินไปอยู่สู่ทางอันไม่ตาย ดังนายสารถียังสัตว์พาหนะให้แล่นไปฉะนั้น ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้มีสารธรรม ฯ

๔๑. ร

รมฺมตาริยสทฺธมฺเม รมฺมาเปติ สสาวกํ
รมฺเม ฐาเน วสาเปนฺตํ รณหนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ยังสาวกของพระองค์ให้ยินดีแล้ว ในพระสัทธรรมอันพระอริยะยินดีแล้ว ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ยังสาวกให้อยู่ในสถานอันรื่นรมย์ ผู้ขจัดเสียซึ่งข้าศึกคือกิเลส ฯ

๔๒. ฐิ

ฐิโต โย วรนิพฺพาเน ฐิเร ฐาเน สสาวโก
ฐิรํ ฐานํ ปกาเสติ ฐิตธมฺมํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด กับทั้งพระสาวกดำรงอยู่แล้วในพระนิพพาน เป็นสถานอันมั่นคง ทรงประกาศแล้วซึ่งสถานอันมั่นคง ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้มีธรรมอันดำรงอยู่แล้ว ฯ

๔๓. สตฺ

สทฺธมฺมํ เทสยิตฺวาน สนฺตํ นิพฺพานปาปกํ
สมาหิตํ สสาวกํ สนฺตจิตฺตํ นมามิหํ ฯ

ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้า กับทั้งพระสาวก ผู้แสดงแล้วซึ่งพระสัทธรรม อันยังสรรพสัตว์ให้ถึงซึ่งพระนิพพาน อันรำงับแล้ว ผู้มีจิตตั้งมั่น มีจิตสงบแล้ว ฯ

๔๔. ถา

ถานํ นิพฺพานสํขาตํ ถาเมนาธิคโต มุนิ
ถาเน สคฺคสิเว รมฺเม ถาเปนฺตํ ตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด เป็นมุนี บรรลุแล้วซึ่งสถานอันบัณฑิตนับพร้อมแล้วว่า พระนิพพาน ด้วยความเพียร ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ยังสัตว์ทั้งหลาย ให้ดำรงอยู่ในสวรรค์ และพระนิพพาน อันเป็นสถานรื่นรมย์ ฯ

๔๕. เท

เทนฺโต โย สคฺคนิพฺพานํ เทวมนุสฺสปาณินํ
เทนฺตํ ธมฺมวรํ ทานํ เทวเสฏฺฐํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ประทานอยู่ซึ่งสวรรค์และนิพพาน แก่เทวดา มนุษย์ และสัตว์ทั้งหลาย ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ประเสริฐกว่าเทวดาและมนุษย์ ผู้ประทานอยู่ซึ่งพระธรรมอันประเสริฐเป็นทาน ฯ

๔๖. ว

วนฺตราคํ วนฺตโทสํ วนฺตโมหํ อนาสวํ
วนฺทิตํ เทวพฺรหฺเมหิ วรํ พุทธํ นมามิหํ ฯ

ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าผู้ประเสริฐ ผู้มีราคะ โทสะ โมหะ อันคายเสียแล้ว ไม่มีอาสวะ ผู้อันเทวดาและพรหมทั้งหลายถวายบังคมแล้ว ฯ

๔๗. ม

มหตา วิริเยนาปิ　　　　มหนฺตํ ปารมึ อกา

มนุสฺสเทวพฺรหฺเมหิ　　　　มหิตนฺตํ ตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ก่อสร้างซึ่งพระบารมีอันยิ่งใหญ่ แม้ด้วยความเพียรอันยิ่งใหญ่ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้อันมนุษย์ เทวดา และพรหมทั้งหลายบูชาแล้ว ฯ

๔๘. นุสฺ

นุนธมฺมํ ปกาเสนฺโต　　　　นุทนตฺถาย ปาปกํ

นุนทุกฺขาธิปนฺนานํ　　　　นุทาปิตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ประกาศอยู่ซึ่งพระธรรมอันสละสลวย เพื่อบันเทาเสียซึ่งกรรมอันลามก แก่สัตว์ทั้งหลายผู้นอนจมแล้วในทุกข์โดยแท้ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ยังทุกข์ให้บันเทาแล้ว ฯ

๔๙. สา

สาวกานํ นุสาเสติ　　　　สารธมฺเม จ ปาณินํ

สารธมฺมํ มนุสฺสานํ　　　　สาสิตํ ตํ มนามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ทรงพร่ำสอนอยู่ซึ่งพระธรรมอันเป็นสาระทั้งหลาย แก่สาวกและสัตว์ทั้งหลาย ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้สั่งสอนแล้วซึ่งพระธรรมอันเป็นแก่นสารแก่มนุษย์ทั้งหลาย ฯ

๕๐. นํ

นนฺทนฺโต วรสทฺธมฺเม　　　　นนฺทาเปติ มหามุนิ

นนฺทภูเตหิ เทเวหิ　　　　นนฺทนียฺ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด เป็นมหามุนี บันเทิงอยู่ในพระสัทธรรมอันประเสริฐ ยังสรรพสัตว์ให้บันเทิงอยู่ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้อันเทวดาผู้มีความยินดีทั้งหลายพึงชื่นชม ฯ

๕๑. พุทฺ

พุชฺฌิตาริยสจฺจานิ พุชฺฌาเปติ สเทวกํ
พุทฺธญาเณหิ สมฺปนฺนํ พุทฺธํ สมฺมา นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ยังสัตว์โลกกับทั้งเทวโลก ให้ตรัสรู้อยู่ซึ่งอริยสัจอันพระองค์ตรัสรู้แล้วทั้งหลาย ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ถึงพร้อมด้วยพระญาณของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ฯ

๕๒. โธ

โธวิตพฺพํ มหาวีโร โธวนฺโต มลมตฺตโน
โธวิตฺวา ปาณินํ บาปํ โธตเกฺลสํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ผู้มีความเพียรอันยิ่งใหญ่ ชำระอยู่ซึ่งมลทินควรชำระของพระองค์ ชำระแล้วซึ่งบาปของสัตว์ทั้งหลาย ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้นผู้มีกิเลสอันชำระแล้ว ฯ

๕๓. ภ

ภยมาปนฺนสตฺตานํ ภยํ หาเปติ นายโก
ภเว สพฺเพ อติกฺกนฺโต ภยสนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ได้ก้าวล่วงแล้วซึ่งภพทั้งปวง เป็นนายกผู้แนะนำของสัตว์ทั้งหลายที่ถึงแล้วซึ่งภัย ให้ละอยู่ซึ่งภัยได้ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้นผู้มีภัยอันสงบแล้ว ฯ

๕๔. ค

คธิโต เยน สทฺธมฺโม คตญฺญาเณน ปาณินํ
คณฺหนียํ วรธมฺมํ คณฺหาเปนฺตํ นมามิหํ ฯ

พระสัทธรรมอันพระพุทธเจ้าพระองค์ใด ได้ตรัสรู้แล้ว ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ยังสรรพสัตว์ให้ถือเอาอยู่ซึ่งธรรมอันประเสริฐที่ควรถือเอา ด้วยพระญาณอันพระองค์ทรงบรรลุแล้ว ฯ

๕๕. วา

วาปิตํ ปวรํ ธมฺมํ วานโมกฺขาย ภิกฺขุนํ

วาสิตํ ปวเร ธมฺเม วานหานํ นมามิหํ ฯ

พระธรรมอันบวร อันพระพุทธเจ้าพระองค์ใดให้ทรงแพร่หลายไปแล้ว แก่ภิกษุทั้งหลายเพื่ออันให้พ้นจากตัณหาเครื่องร้อยรัด ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ถึงความเป็นผู้มีอำนาจในธรรมอันบวร ผู้ละเสียซึ่งตัณหาเครื่องร้อยรัดทั้งมวล ฯ

๕๖. ติ

ติณฺโณ โส สพฺพปาเปหิ ติณฺโณ สคฺคา ปติฏฺฐิโต

ติเร นิพฺพานสํขาเต ติกฺขญาณํ มหามิหํ ฯ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใดพ้นแล้วจากบาปทั้งปวง พ้นแล้วจากสวรรค์ ตั้งมั่นแล้วที่ฝั่ง คือพระนิพพาน ข้าพเจ้าขอนอบน้อมพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้มีพระญาณอันเฉียบแหลม ฯ

อิ ติ ปิ โส แปดทิศ

อิ ร ชา ค ต ร สา

ติ หํ จ โต โร ถิ นํ

ปิ สมฺ ร โล ปุ สตฺ พุทฺ

โส มา ณ ก ริ ถา โธ

ภ สมฺ สมฺ วิ ส เท ภ

ค พุทฺ ปนฺ ทู ทมฺ ว ค

วา โธ โน อ มฺ มฺ วา

อ วิชฺ สุ นุตฺ สา นุสฺ ติ

อิ ติ ปิ โส แปลงรูป

ก วิ โล ทู โต อ ค นุตฺ สุ ต โน โร ปนฺ ปุ
สมฺ ริ ณ ส ร ทมฺ จ ม ชา สา วิชฺ ร โธ ถิ
พุทฺ สตฺ สมฺ ถา มา เท สมฺ ว หํ ม ร นุสฺ อ สา
วา นํ ค พุทฺ ภ โธ โส ภ ปิ ค ติ วา อิ ติ

อิ ติ ปิ โส กรึงไตรภพ

อิ ติ ติ วา ปิ ค โส ภ ถ โธ ค พุทฺ ค วา นํ
อา สา ร นุสฺ หํ สมฺ ว มา เท สมฺ ถา พุทฺ สตฺ
โธ ถิ วิชฺ ร ชา สา จ ม ร ทมฺ ณ ส สมฺ ริ
ปนฺ ปุ โน โร สุ ต ค นุตฺ โต อ โล ทู ก วิ

อิ ติ ปิ โส นารายณ์คายจักร์

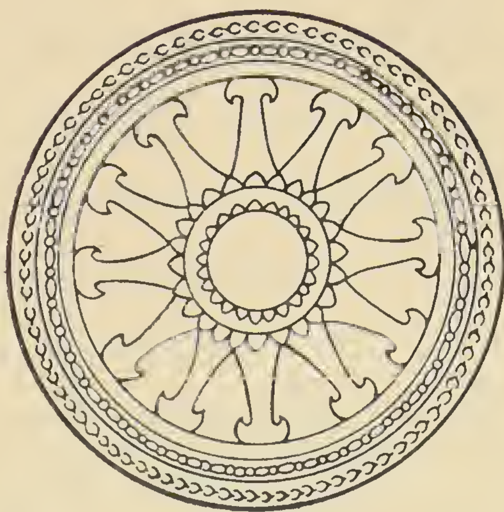
ติ อิ วา ติ ค ปิ ภ โส โธ ภ พุทฺ ค นํ วา
สา อ นุสฺ รม หํ ว สมฺ เท มา ถา สมฺ สตฺ พุทฺ
ถิ โธ ร วิชฺ สา ชา ม จ ทมฺ ร ส ณ ริ สมฺ
ปุ ปนฺ โร โน ต สุ นุตฺ ค อ โต ทู โล วิ ก

หัวใจอิติปิโส

อ คือ อรหํ
สํ คือ สมฺมาสมฺพุทฺโธ
วิชฺ คือ วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน
สุ คือ สุคโต
โล คือ โลกวิทู อนุตฺตโร
ปุ คือ ปุริสทมฺมสารถิ
ส คือ สตฺถา เทวมนุสฺสานํ
พุ คือ พุทฺโธ
ภ คือ ภควา

หมวดธรรม

ใน



พระไตรปิฎก

บางเรื่อง

จากหมวดธรรม

ในพระไตรปิฎก

มหาบุริสลักษณะของพระพุทธเจ้า ๓๒

๑. มหาบุรุษ มีเนื้อเท้าสม่ำเสมอ
๒. มหาบุรุษ ที่ฝ่าเท้ามีกงจักร
๓. มหาบุรุษ มีส้นเท้ายาว
๔. มหาบุรุษ มีข้อนิ้วยาว
๕. มหาบุรุษ มีฝ่ามือฝ่าเท้าอ่อนละมุน
๖. มหาบุรุษ มีลายฝ่ามือฝ่าเท้าดุจตาข่าย
๗. มหาบุรุษ มีข้อเท้าอยู่สูง
๘. มหาบุรุษ มีแข้งดุจแข้งเนื้อทราย
๙. มหาบุรุษ ยืนไม่ย่อตัวลง แตะเข่าด้วยมือทั้งสอง
๑๐. มหาบุรุษ มีองคชาติตั้งอยู่ในฝัก
๑๑. มหาบุรุษ มีสีกายดุจทอง คือมีผิวหนังดุจทองคำธรรมชาติ
๑๒. มหาบุรุษ มีผิวหนังละเอียด ละอองจับไม่ได้
๑๓. มหาบุรุษ มีขนขุมละเส้น เส้นหนึ่ง ๆ อยู่ขุมหนึ่ง ๆ
๑๔. มหาบุรุษ มีปลายขนช้อนขึ้น สีดุจดอกอัญชัน ขึ้นเวียนขวา
๑๕. มหาบุรุษ มีกายตรงดุจกายพรหม
๑๖. มหาบุรุษ มีเนื้อนูนหนาในที่ ๗ แห่ง
๑๗. มหาบุรุษ มีกายข้างหน้าดุจราชสีห์
๑๘. มหาบุรุษ มีหลังเต็ม (ไม่มีร่องหลัง)
๑๙. มหาบุรุษ มีทรวดทรงดุจต้นไทร กายกับวาเท่ากัน
๒๐. มหาบุรุษ มีคอกลมเกลี้ยง

๒๑. มหาบุรุษ มีประสาทรับรสอันเลิศ

๒๒. มหาบุรุษ มีคางดุจราชสีห์

๒๓. มหาบุรุษ มีฟัน ๔๐ ซี่บริบูรณ์

๒๔. มหาบุรุษ มีฟันเรียบเสมอ

๒๕. มหาบุรุษ มีฟันสนิท (ชิด)

๒๖. มหาบุรุษ มีเนื้อสีขาวงาม

๒๗. มหาบุรุษ มีลิ้นเพียงพอ

๒๘. มหาบุรุษ มีเสียงดุจเสียงพรหม พูดเหมือนนกการวิก

๒๙. มหาบุรุษ มีตาเขียวสนิท (สีนิล)

๓๐. มหาบุรุษ มีตาดุจตาวัว

๓๑. มหาบุรุษ มีอุณาโลมหว่างคิ้ว ขาวอ่อนเหมือนสำลี

๓๒. มหาบุรุษ มีศีรษะรับกับกรอบหน้า

อนุพยัญชนะของพระพุทธเจ้า ๘๐

๑. มีนิ้วพระหัตถ์และนิ้วพระบาทอันเรียวงาม

๒. นิ้วพระหัตถ์และนิ้วพระบาทเรียวออกไปโดยลำดับแต่ต้นจนปลาย

๓. นิ้วพระหัตถ์และนิ้วพระบาทกลมดุจนายช่างกลึงเป็นอันดี

๔. พระนขาทั้ง ๒๐ มีสีอันแดง

๕. พระนขาทั้ง ๒๐ นั้นงอนงามช้อนขึ้นเบื้องบนมิได้ค้อมลงเบื้องต่ำดุจเล็บแห่งสามัญชนทั้งปวง

๖. พระนขานั้นมีพรรณอันเกลี้ยงกลมสนิทมิได้เป็นริ้วรอย

๗. ข้อพระหัตถ์และข้อพระบาทซ่อนอยู่ในพระมังสะ มิได้สูงขึ้นมาปรากฏออกมาภายนอก

๘. พระบาททั้งสองเสมอกันมิได้ย่อมใหญ่กว่ากันมาตรว่าเท่าเมล็ดงา

๙. พระดำเนินงามดุจอาการเดินแห่งกุญชรชาติ

๑๐. พระดำเนินงามดุจสีหราช

๑๑. พระดำเนินงามดุจดำเนินแห่งหงส์

๑๒. พระดำเนินงามดุจอสุภราชดำเนิน

๑๓. ขณะเมื่อยืนจะย่างดำเนินนั้น ยกพระบาทเบื้องขวาย่างไปก่อน พระกายเยื้องไปเบื้องขวาก่อน

๑๔. พระราณฑลเกลี้ยงกลมงามบริบูรณ์ บ่มิได้เห็นอัฏฐิสะบ้าปรากฏออกมาภายนอก

๑๕. มีบุรุษพยัญชนะบริบูรณ์ คือ มิได้มีกิริยามารยาทคล้ายสตรี

๑๖. พระนาภีมิได้พกพร่อง กลมงามมิได้วิกลในที่ใดที่หนึ่ง

๒๗. พระอุทรมีสัณฐานอันลึก

๑๘. ภายในพระอุทรมีรอยเวียนเป็นทักขิณาวัฏฏ์

๑๙. ลำพระเพลาทั้งสองกลมงามดุจลำต้นกล้วย

๒๐. ลำพระกรทั้งสองงามดุจงวงแห่งเอราวัณเทพยหัตถี

๒๑. พระอังคาพยพใหญ่น้อยทั้งปวง จำแนกเป็นอันดี คือ งามพร้อมทุกสิ่งหาที่ตำหนิบ่มิได้

๒๒. พระมังสะที่ควรจะหนาก็หนา ที่ควรจะบางก็บางตามที่ ทั่วทั้งพระสรีระกาย

๒๓. พระมังสะมิได้หดหู่ ในที่ใดที่หนึ่ง

๒๔. พระสรีระกายทั้งปวงปราศจากต่อมและไฝปานมูลแมลงวันมิได้มีในที่ใดที่หนึ่ง

๒๕. พระกายงามบริสุทธิ์พร้อมสมกันโดยตามลำดับ ทั้งเบื้องบนและเบื้องล่าง

๒๖. พระกายงามบริสุทธิ์สิ้นปราศจากมลทินทั้งสิ้น

๒๗. ทรงพระกำลังมาก เสมอด้วยกำลังแห่งกุญชรชาติ ประมาณถึงพันโกฏช้าง ถ้าจะประมาณด้วยกำลังบุรุษ ก็จะได้ถึงแสนโกฏิบุรุษ

๒๘. มีพระนาสิกอันสูง

๒๙. สัณฐานของพระนาสิกงามแฉล้ม

๓๐. มีพระโอษฐ์เบื้องบนเบื้องต่ำ มิได้เข้าออกกว่ากันเสมอเป็นอันดี มีพรรณแดงงามดุจสีผลตำลึงสุก

๓๑. พระทนต์บริสุทธิ์ปราศจากมูลมลทิน

๓๒. พระทนต์ขาวดุจสีสังข์

๓๓. พระทนต์เกลี้ยงสนิทมิได้มีริ้วรอย

๓๔. พระอินทรีย์ทั้ง ๕ มีตาเป็นอาทิงามบริสุทธิ์ทั้งสิ้น

๒๕. พระเขี้ยวทั้ง ๔ กลมบริบูรณ์

๓๖. ดวงพระพักตร์มีสัณฐานยาวสวย

๓๗. พระปรางค์ทั้งสองดูเปล่งงามเสมอกัน

๓๘. ลายพระหัตถ์มีรอยอันลึก

๓๙. ลายพระหัตถ์มีรอยอันยาว

๔๐. ลายพระหัตถ์มีรอยอันตรง บ่มิได้ค้อมคด

๔๑. ลายพระหัตถ์มีรอยอันแดงรุ่งเรือง

๔๒. รัศมีพระกายโอภาสเป็นปริมณฑลโดยรอบ

๔๓. กระพุ้งพระปรางค์ทั้งสองเคร่งครัดบริบูรณ์

๔๔. กระบอกพระเนตรกว้างและยาวพอสมกัน

๔๕. ดวงพระเนตรกอปร์ด้วยประสาททั้ง ๕ ผ่องใสบริสุทธิ์ทั้งสิ้น

๔๖. ปลายเส้นพระโลมาทั้งหลาย มิได้งอมิได้คด

๔๗. พระชิวหามีสัณฐานอันงาม

๔๘. พระชิวหาอ่อนบ่มิได้กระด้าง มีพรรณอันแดงเข้ม

๔๙. พระกรรณทั้งสองมีสัณฐาณอันยาวดุจกลีบปทุมชาติ

๕๐. ช่องพระกรรณมีสัณฐานอันกลมงาม

๕๑. ระเบียบพระเส้นทั้งปวงนั้นสละสลวยมิได้หดหู่ในที่อันใดอันหนึ่ง

๕๒. แถวพระเส้นทั้งหลายซ่อนอยู่ในพระมังสะทั้งสิ้น บ่มิได้เป็นคลื่นพุขึ้นเหมือนสามัญชนทั้งปวง

๕๓. พระเศียรมีสัณฐานงามเหมือนฉัตรแก้ว

๕๔. ปริมณฑลพระนลาฏโดยกว้างยาวพอสมควรกัน

๕๕. พระนลาฏมีสัณฐานอันงาม

๕๖. พระโขนงมีสัณฐานอันงามดุจคันธนูอันก่งไว้

๕๗. พระโลมาที่พระโขนงมีเส้นอันละเอียด

๕๘. เส้นพระโลมาที่พระโขนงงอกขึ้นแล้วล้มราบไปโดยลำดับ

๕๙. พระโขนงนั้นใหญ่

๖๐. พระโขนงนั้นยาวสุดหางพระเนตร

๖๑. ผิวพระมังสะละเอียดทั่วทั้งพระกาย

๖๒. พระสรีระกายรุ่งเรืองไปด้วยสิริ

๖๓. พระสรีระกายมิได้มัวหมอง ผ่องใสอยู่เป็นนิตย์

๖๔. พระสรีระกายสดชื่นดุจดวงดอกปทุมชาติ

๖๕. พระสรีระสัมผัสอ่อนนุ่มสนิท บ่มิได้กระด้างทั่วพระกาย

๖๖. กลิ่นพระกายหอมฟุ้ง ดุจกลิ่นสุคนธกฤษณา

๖๗. พระโลมามีเส้นเสมอกันทั้งสิ้น

๖๘. พระโลมามีเส้นละเอียดทั่วทั้งพระกาย

๖๙. ลมอัสสาสะปัสสาสะ ลมหายพระทัยเข้าออกก็เดินละเอียด

๗๐. พระโอษฐ์มีสัณฐานอันงามดุจแย้ม

๗๑. กลิ่นพระโอษฐ์หอมดุจกลิ่นอุบล

๗๒. พระเกสาดำเป็นแสง

๗๓. กลิ่นพระเกสาหอมฟุ้งขจรตลบ

๗๔. พระเกสาหอมดุจกลิ่นโกมลบุบผชาติ

๗๕. พระเกสามีสัณฐานเส้นกลมทุกเส้น

๗๖. พระเกสาดำสนิททั้งสิ้น

๗๗. พระเกสากอปร์ด้วยเส้นอันละเอียด

๗๘. เส้นพระเกสามิได้ยุ่งเหยิง

๗๙. เส้นพระเกสาเวียนทักขิณาวัฏฏ์ทุก ๆ เส้น

๘๐. วิจิตรไปด้วยระเบียบพระเกตุมาลา กล่าวคือถ่องแถวแห่งพระรัศมีอันโชตนาการขึ้น ณ เบื้องบนพระอุตมังคสิโรตม์

ผู้ที่จะเป็นพระพุทธเจ้าย่อมไม่เกิดในฐานะ ๑๘

๑. ไม่เกิด เป็นคนหูหนวก ตาบอด แต่กำเนิด

๒. ไม่เกิด เป็นคนบ้า ใบ้ ง่อยเปลี้ย

๓. ไม่เกิด ในมิลักขะภาษา มีชาติละว้า กระเหรี่ยง เป็นต้น

๔. ไม่เกิด ในท้องแห่งนางทาสี

๕. ไม่เกิด เป็นนิยตมิจฉาทิฏฐิ

๖. เพศแห่งพระองค์มิได้กลับเป็นสตรี

๗. ไม่เกิด ทำปัญจานันตริยกรรม (กรรมอันหนักห้า)

๘. ไม่เกิด เป็นคนโรคเรื้อน

๙. ถ้าพระองค์บังเกิดในกำเนิดเดรัจฉาน ก็มีกายแต่ปานกลาง มิได้ใหญ่กว่าช้าง มิได้น้อยกว่านกกระจาบ

๑๐. ไม่เกิด ในกำเนิดแห่งขุปปิปาสิกเปรต

๑๑. ไม่เกิด ในกำเนิดแห่งกาฬกัญชิกาสูร

๑๒. ไม่เกิด ในกำเนิดแห่งนิชฌามตัณหิกเปรต

๑๓. ไม่เกิด ในอเวจีนรก

๑๔. ไม่เกิด ในโลกันตะนรก

๑๕. ไม่เกิด เป็นมารในกามาพจรภพ

๑๖. ไม่เกิด ในอสัญญีภพ

๑๗. ไม่เกิด ในอรูปภพ

๑๘. ไม่เกิด ในจักรวาฬอื่น

๑. อเสวนา จ พาลานัง	การไม่คบหาสมาคมกับคนพาล
๒. ปัณฑิตานัญ จ เสวนา	การคบหาสมาคมกับบัณฑิต
๓. ปูชา จ ปูชนียานัง	การบูชาบุคคลหรือวัตถุที่ควรบูชา
๔. ปฏิรูปเทสวาโส จ	การอยู่ในประเทศที่สมควร
๕. ปุพเพ จ กตปุญญตา	การที่เป็นบุคคลผู้ได้ทำความดีไว้ในปางก่อน
๖. อัตตสัมมปณิธิ จ	การตั้งตนไว้ชอบ
๗. พาหุสัจจัญ จ	การเป็นพหูสูตร
๘. สิปปัญ จ	การมีศิลปวิทยา
๙. วินโย จ สุสิกฺขิโต	การมีวินัยอันศึกษาดีแล้ว
๑๐. สุภาสิตา จ ยา วาจา	การเป็นผู้มีวาจาเป็นสุภาษิต
๑๑. มาตาปิตุอุปัฏฐานัง	การบำรุงบิดามารดา
๑๒. ปุตตสังคโห	การสงเคราะห์บุตร
๑๓. ทารสังคโห	การสงเคราะห์ภรรยา
๑๔. อนากุลา จ กัมมันตา	การที่ไม่ทำงานอากูลอันคั่งค้าง
๑๕. ทานัญ จ	การให้ทาน
๑๖. ธัมมจริยา จ	การประพฤติธรรมสุจริต
๑๗. ญาตกานัญ จ สังคโห	การสงเคราะห์แก่หมู่ญาติ
๑๘. อนวัชชานิ กัมมานิ	การที่ทำแต่การงานที่ปราศจากโทษ
๑๙. อารตี วิรตี ปาปา	การงดเว้นจากบาป
๒๐. มัชชปานา จ สัญญโม	การสำรวมระวังจากการดื่มน้ำเมา
๒๑. อัปปมาโท จ ธัมเมสุ	การที่ไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย
๒๒. คารโว จ	การเคารพในที่ควรเคารพ
๒๓. นิวาโต จ	การที่กำจัดลมพิษ คือความเย่อหยิ่งออกจากตนเสียได้

๒๔.	สันตุฏฐี จ	การที่มีความยินดีแต่วัตถุที่เป็นของมีแห่งตน
๒๕.	กตัญญุตา	การที่รู้อุปการะคุณที่ท่านทำไว้แล้วแก่ตน
๒๖.	กาเลน ธัมมัสสวนัง	การฟังธรรมตามกาลสมัย
๒๗.	ขันตี จ	การอดทน
๒๘.	โสวจัสสตา	การเป็นคนว่าง่ายสอนง่าย
๒๙.	สมณานัญ จ ทัสสนัง	การได้เห็นท่าน ผู้มีบาปอันระงับแล้ว
๓๐.	กาเลน ธัมมสากัจฉา	การสนทนาธรรมตามกาลตามสมัย
๓๑.	ตโป จ	การประพฤติตบะ
๓๒.	พรหมจริยัญ จ	การประพฤติพรหมจรรย์
๓๓.	อริยสัจจานทัสสนัง	การเห็นอริยสัจจ์
๓๔.	นิพพานสัจฉิกิริยา จ	การกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน
๓๕.	ผุฏฐัสสะ โลกธัมเมหิ จิตตัง ยัสส น กัมปติ	จิตของผู้ใดอันโลกธรรมทั้งหลายถูกต้องแล้วย่อมไม่หวั่นไหว
๓๖.	อโสกัง	การที่เป็นผู้หาความโศกมิได้
๓๗.	วิรชัง	การที่เป็นผู้มีกิเลสเพียงดังธุลีไปปราศแล้ว
๓๘.	เขมัง	การที่เป็นผู้มีใจอันเกษม คือ มีใจอันประเสริฐ

อกุศลกรรมบท ๑๐

๑.	ปาณาติบาต	ฆ่าสัตว์ที่มีชีวิตให้ตายไป
๒.	อทินนาทาน	ขโมยทรัพย์ของผู้อื่นมาเป็นของตน
๓.	กาเมสุมิจฉาจาร	ประพฤติผิดในกาม
๔.	มุสาวาท	พูดเท็จ
๕.	ปิสุณาวาจา	พูดส่อเสียด
๖.	ผรุสวาจา	พูดคำหยาบ

๗. สัมผัปปลาป — พูดเพ้อเจ้อ
๘. อภิชฌา — โลภอยากได้ของเขา
๙. พยาบาท — ปองร้ายเขา
๑๐. มิจฉาทิฏฐิ — เห็นผิดจากคลองธรรม

กุศลกรรมบท ๑๐

๑. ปาณาติปาตา เวรมณี — เว้นจากการฆ่าสัตว์
๒. อทินนาทานา เวรมณี — เว้นจากการลักทรัพย์
๓. กาเมสุมิจฉาจารา เวรมณี — เว้นจากการประพฤติผิดในกาม
๔. มุสาวาทา เวรมณี — เว้นจากการพูดปด
๕. ปิสุณาย วาจาย เวรมณี — เว้นจากการพูดส่อเสียด
๖. ผรุสาย วาจาย เวรมณี — เว้นจากการพูดคำหยาบ
๗. สัมผัปปลาปา เวรมณี — เว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ
๘. อนภิชฌา — ไม่โลภอยากได้ของใคร
๙. อพยาปาท — ไม่พยาบาทปองร้ายใคร
๑๐. สัมมาทิฏฐิ — มีความเห็นถูกต้อง

อกุศลกรรมบท ๒๐

๑. ฆ่าสัตว์ด้วยตนเอง
๒. ชักชวนผู้อื่นในการฆ่าสัตว์
๓. ลักทรัพย์ด้วยตนเอง
๔. ชักชวนผู้อื่นในการลักทรัพย์
๕. ประพฤติผิดในกามด้วยตนเอง
๖. ชักชวนผู้อื่นในการประพฤติผิดในกาม
๗. พูดเท็จด้วยตนเอง
๘. ชักชวนผู้อื่นในการพูดเท็จ
๙. พูดส่อเสียดด้วยตนเอง
๑๐. ชักชวนผู้อื่นในการพูดส่อเสียด
๑๑. พูดคำหยาบด้วยตนเอง
๑๒. ชักชวนผู้อื่นในการพูดหยาบคาย
๑๓. พูดเพ้อเจ้อด้วยตนเอง
๑๔. ชักชวนผู้อื่นในการเพ้อเจ้อ

๑๕. อยากได้ของผู้อื่นด้วยตนเอง
๑๖. ชักชวนผู้อื่นในการอยากได้ของผู้อื่น
๑๗. คิดปองร้ายด้วยตนเอง
๑๘. ชักชวนผู้อื่นในการคิดปองร้าย
๑๙. มีความเห็นผิดด้วยตนเอง
๒๐. ชักชวนผู้อื่นในการเห็นผิด

กุศลกรรมบถ ๒๐

๑. เป็นผู้เว้นจากการฆ่าสัตว์ด้วยตนเอง
๒. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการฆ่าสัตว์
๓. เว้นขาดจากการลักทรัพย์ด้วยตนเอง
๔. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการลักทรัพย์
๕. เว้นขาดจากการประพฤติผิดในกามด้วยตนเอง
๖. ชักชวนผู้อื่นเว้นจากการประพฤติผิดในกาม
๗. เว้นขาดจากการพูดเท็จด้วยตนเอง
๘. ชักชวนผู้อื่นเว้นจากการพูดเท็จ
๙. เว้นขาดจากการพูดส่อเสียดด้วยตนเอง
๑๐. ชักชวนผู้อื่นเว้นจากการพูดส่อเสียด
๑๑. เว้นขาดจากการพูดคำหยาบด้วยตนเอง
๑๒. ชักชวนผู้อื่นเว้นขาดจากการพูดคำหยาบ
๑๓. เว้นขาดจากการพูดเพ้อเจ้อด้วยตนเอง
๑๔. ชักชวนผู้อื่นเว้นขาดจากการพูดเพ้อเจ้อ
๑๕. ไม่อยากได้ของผู้อื่นด้วยตนเอง
๑๖. ชักชวนผู้อื่นในการไม่อยากได้ของผู้อื่น
๑๗. ไม่คิดปองร้ายด้วยตนเอง
๑๘. ชักชวนผู้อื่นในการไม่คิดปองร้าย
๑๙. เห็นชอบด้วยตนเอง
๒๐. ชักชวนผู้อื่นในการเห็นชอบ

อกุศลกรรมบท ๓๐

๑. เป็นผู้ฆ่าสัตว์ด้วยตนเอง
๒. ชักชวนผู้อื่นในการฆ่าสัตว์
๓. พอใจในการฆ่าสัตว์
๔. ลักทรัพย์ด้วยตนเอง
๕. ชักชวนผู้อื่นในการลักทรัพย์
๖. พอใจในการลักทรัพย์
๗. ประพฤติผิดในกามด้วยตนเอง
๘. ชักชวนผู้อื่นในการประพฤติผิดในกาม
๙. พอใจในการประพฤติผิดในกาม
๑๐. พูดเท็จด้วยตนเอง
๑๑. ชักชวนผู้อื่นในการพูดเท็จ
๑๒. พอใจในการพูดเท็จ
๑๓. พูดส่อเสียดด้วยตนเอง
๑๔. ชักชวนผู้อื่นในการพูดส่อเสียด
๑๕. พอใจในการพูดส่อเสียด
๑๖. พูดคำหยาบด้วยตนเอง
๑๗. ชักชวนผู้อื่นในการพูดคำหยาบ
๑๘. พอใจในการพูดคำหยาบ
๑๙. พูดเพ้อเจ้อด้วยตนเอง
๒๐. ชักชวนผู้อื่นในการพูดเพ้อเจ้อ
๒๑. พอใจในการพูดเพ้อเจ้อ
๒๒. อยากได้ของผู้อื่นด้วยตนเอง
๒๓. ชักชวนผู้อื่นในการอยากได้ของผู้อื่น
๒๔. พอใจในการอยากได้ของผู้อื่น
๒๕. มีจิตคิดปองร้ายด้วยตนเอง
๒๖. ชักชวนผู้อื่นในการปองร้าย
๒๗. พอใจในการปองร้าย
๒๘. มีความเห็นผิดด้วยตนเอง
๒๙. ชักชวนผู้อื่นในการเห็นผิด
๓๐. พอใจในการเห็นผิด

กุศลกรรมบท ๓๐

๑. เป็นผู้เว้นจากการฆ่าสัตว์ด้วยตนเอง
๒. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการฆ่าสัตว์
๓. พอใจในการเว้นจากการฆ่าสัตว์
๔. เว้นขาดจากการลักทรัพย์ด้วยตนเอง
๕. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการลักทรัพย์
๖. พอใจในการเว้นจากการลักทรัพย์

๗. เว้นขาดจากการประพฤติผิดในกามด้วยตนเอง
๘. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการประพฤติผิดในกาม
๙. พอใจในการเว้นจากการประพฤติผิดในกาม
๑๐. เว้นขาดจากการพูดเท็จด้วยตนเอง
๑๑. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการพูดเท็จ
๑๒. พอใจในการเว้นจากการพูดเท็จ
๑๓. เว้นขาดจากการพูดส่อเสียดด้วยตนเอง
๑๔. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการพูดส่อเสียด
๑๕. พอใจในการเว้นจากการพูดส่อเสียด
๑๖. เว้นขาดจากการพูดคำหยาบด้วยตนเอง
๑๗. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการพูดคำหยาบ
๑๘. พอใจในการเว้นจากการพูดคำหยาบ
๑๙. เว้นขาดจากการพูดเพ้อเจ้อด้วยตนเอง
๒๐. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ
๒๑. พอใจในการเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ
๒๒. ไม่อยากได้ของผู้อื่นด้วยตนเอง
๒๓. ชักชวนผู้อื่นในการไม่อยากได้ของผู้อื่น
๒๔. พอใจในการไม่อยากได้ของผู้อื่น
๒๕. มีจิตไม่ปองร้ายด้วยตนเอง
๒๖. ชักชวนผู้อื่นในการไม่ปองร้าย
๒๗. พอใจในการไม่ปองร้าย
๒๘. มีความเห็นชอบด้วยตนเอง
๒๙. ชักชวนผู้อื่นในการเห็นชอบ
๓๐. พอใจในการเห็นชอบ

อกุศลกรรมบท ๔๐

๑. เป็นผู้ฆ่าสัตว์ด้วยตนเอง
๒. ชักชวนผู้อื่นในการฆ่าสัตว์
๓. พอใจในการฆ่าสัตว์
๔. กล่าวสรรเสริญการฆ่าสัตว์
๕. ลักทรัพย์ด้วยตนเอง
๖. ชักชวนผู้อื่นในการลักทรัพย์
๗. พอใจในการลักทรัพย์
๘. กล่าวสรรเสริญการลักทรัพย์
๙. ประพฤติผิดในกามด้วยตนเอง
๑๐. ชักชวนผู้อื่นในการประพฤติผิดในกาม
๑๑. พอใจในการประพฤติผิดในกาม
๑๒. กล่าวสรรเสริญการประพฤติผิดในกาม
๑๓. พูดเท็จด้วยตนเอง
๑๔. ชักชวนผู้อื่นในการพูดเท็จ
๑๕. พอใจในการพูดเท็จ
๑๖. กล่าวสรรเสริญการพูดเท็จ
๑๗. พูดส่อเสียดด้วยตนเอง
๑๘. ชักชวนผู้อื่นในการพูดส่อเสียด
๑๙. พอใจในการพูดส่อเสียด
๒๐. กล่าวสรรเสริญการพูดส่อเสียด
๒๑. พูดคำหยาบด้วยตนเอง
๒๒. ชักชวนผู้อื่นในการพูดคำหยาบ
๒๓. พอใจในการพูดคำหยาบ
๒๔. กล่าวสรรเสริญการพูดคำหยาบ
๒๕. พูดเพ้อเจ้อด้วยตนเอง
๒๖. ชักชวนผู้อื่นในการพูดเพ้อเจ้อ
๒๗. พอใจในการพูดเพ้อเจ้อ
๒๘. กล่าวสรรเสริญการพูดเพ้อเจ้อ
๒๙. อยากได้ของผู้อื่นด้วยตนเอง
๓๐. ชักชวนผู้อื่นในการอยากได้ของผู้อื่น
๓๑. พอใจในการอยากได้ของผู้อื่น
๓๒. กล่าวสรรเสริญการอยากได้ของผู้อื่น
๓๓. มีจิตปองร้ายด้วยตนเอง
๓๔. ชักชวนผู้อื่นในการปองร้าย
๓๕. พอใจในการปองร้าย
๓๖. กล่าวสรรเสริญการปองร้าย
๓๗. มีความเห็นผิดด้วยตนเอง
๓๘. ชักชวนผู้อื่นในความเห็นผิด
๓๙. พอใจในความเห็นผิด
๔๐. กล่าวสรรเสริญความเห็นผิด

กุศลกรรมบท ๔๐

๑. เป็นผู้เว้นจากการฆ่าสัตว์ด้วยตนเอง
๒. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการฆ่าสัตว์

๓. พอใจในการเว้นจากการฆ่าสัตว์
๔. กล่าวสรรเสริญการเว้นจากการฆ่าสัตว์
๕. เว้นขาดจากการลักทรัพย์ด้วยตนเอง
๖. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการลักทรัพย์
๗. พอใจในการเว้นจากการลักทรัพย์
๘. กล่าวสรรเสริญการเว้นจากการลักทรัพย์
๙. เว้นขาดจากการประพฤติผิดในกามด้วยตนเอง
๑๐. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการประพฤติผิดในกาม
๑๑. พอใจในการเว้นจากการประพฤติผิดในกาม
๑๒. กล่าวสรรเสริญการเว้นจากการประพฤติผิดในกาม
๑๓. เว้นขาดจากการพูดเท็จด้วยตนเอง
๑๔. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการพูดเท็จ
๑๕. พอใจในการเว้นจากการพูดเท็จ
๑๖. กล่าวสรรเสริญการเว้นจากการพูดเท็จ
๑๗. เว้นขาดจากการพูดส่อเสียดด้วยตนเอง
๑๘. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการพูดส่อเสียด
๑๙. พอใจในการเว้นจากการพูดส่อเสียด
๒๐. กล่าวสรรเสริญการเว้นจากการพูดส่อเสียด
๒๑. เว้นขาดจากการพูดคำหยาบด้วยตนเอง
๒๒. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการพูดคำหยาบ
๒๓. พอใจในการเว้นจากการพูดคำหยาบ
๒๔. กล่าวสรรเสริญการเว้นจากการพูดคำหยาบ
๒๕. เว้นขาดจากการพูดเพ้อเจ้อด้วยตนเอง
๒๖. ชักชวนผู้อื่นในการเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

๒๗. พอใจในการเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ
๒๘. กล่าวสรรเสริญการเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ
๒๙. ไม่อยากได้ของผู้อื่นด้วยตนเอง
๓๐. ชักชวนผู้อื่นในการไม่อยากได้ของผู้อื่น
๓๑. พอใจในการไม่อยากได้ของผู้อื่น
๓๒. กล่าวสรรเสริญการไม่อยากได้ของผู้อื่น
๓๓. มีจิตไม่ปองร้ายด้วยตนเอง
๓๔. ชักชวนผู้อื่นในการไม่ปองร้าย
๓๕. พอใจในการไม่ปองร้าย
๓๖. กล่าวสรรเสริญการไม่ปองร้าย
๓๗. มีความเห็นชอบด้วยตนเอง
๓๘. ชักชวนผู้อื่นในความเห็นชอบ
๓๙. พอใจในความเห็นชอบ
๔๐. กล่าวสรรเสริญความเห็นชอบ

ทศพลญาณของพระพุทธเจ้า ๑๐

๑.	ฐานาฐานญาณ	ปรีชากำหนดรู้ฐานาและอฐานะ
๒.	วิปากญาณ	ปรีชากำหนดรู้ผลแห่งกรรม
๓.	สัพพัตถคามินีปฏิปทาญาณ	ปรีชากำหนดรู้ทางไปสู่ภูมิทั้งปวง
๔.	นานาธาตุญาณ	ปรีชากำหนดรู้ธาตุต่าง ๆ
๕.	นานาธิมุตติกญาณ	ปรีชากำหนดรู้อัธยาศรัยของสัตว์ทั้งหลาย
๖.	อินทริยปโรปริยัตตญาณ	ปรีชากำหนดรู้ความยิ่งและหย่อนแห่งอินทรีย์ของสัตว์ทั้งหลาย
๗.	ฌานาทิสังกิเลสาทิญาณ	ปรีชากำหนดรู้อาการเศร้าหมองของฌานต่าง ๆ

๘. ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ	ปรีชากำหนดรู้ชาติหนหลังได้
๙. จุตูปปาตญาณ	ปรีชากำหนดรู้การตายเกิดของสัตว์
๑๐. อาสวักขยญาณ	ปรีชากำหนดรู้การทำอาสวะให้สิ้น

วิปัสสนาญาณ ๑๐

๑. สัมฺมสนญาณ	ปัญญาที่พิจารณาเห็นสังขาร
๒. อุทยัพฺพยญาณ	ปัญญาที่พิจารณาเห็นความเกิดดับของสังขาร
๓. ภังฺคญาณ	ปัญญาพิจารณาเห็นความแตกทำลายแห่งสังขาร
๔. ภยตุปัฏฐานญาณ	ปัญญาพิจารณาเห็นสังขารเป็นของน่ากลัว
๕. อาทีนวญาณ	ปัญญาพิจารณาเห็นโทษในสังขาร
๖. นิพฺพิทาญาณ	ปัญญาพิจารณาให้เกิดความเบื่อหน่าย
๗. มุญฺจิตุกมฺยตาญาณ	ปัญญาพิจารณาให้เกิดความใคร่ที่จะพ้นจากเบญจขันธ์
๘. ปฏิสังฺขาญาณ	ปัญญาพิจารณาเห็นโดยลักษณะ ๓ ประการ
๙. สังฺขารุเปกฺขาญาณ	ปัญญาพิจารณาที่ตั้งอุเบกขาไม่ยินดียินร้ายในสังขาร
๑๐. อนุโลมญาณ	ปัญญาพิจารณาสังขารตั้งแต่สัมมสนญาณกลับไปกลับมา

สัญญา ๑๐

๑. อนิจจสัญญา	ความกำหนดหมายถึงความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของสังขาร
๒. อนัตตสัญญา	ความกำหนดหมายถึงความเป็นอนัตตาของธรรม
๓. อสุภสัญญา	ความกำหนดหมายถึงความไม่สวยงามของสังขาร

๔.	อาทีนวสัญญา	ความกำหนดหมายถึงโทษของสังขารร่างกาย มี่อาพาธความเจ็บป่วยต่าง ๆ เป็นต้น
๕.	ปหานสัญญา	ความกำหนดหมายเพื่อละอกุศลวิตกและบาปธรรม
๖.	วิราคสัญญา	ความกำหนดหมายถึงการสำรอกกิเลส กล่าวคืออริยมรรค ว่าเป็นธรรมอันสุขุมละเอียดอ่อน
๗.	นิโรธสัญญา	ความกำหนดหมายนิโรธความดับแห่งตัณหา คืออริยผล เป็นธรรมอันสุขุมละเอียดลึกซึ้งมาก
๘.	สัพพโลเก อนภิรตสัญญา	ความกำหนดหมายโลกทั้งปวงว่าเป็นของไม่น่าเพลิดเพลินหลงไหล
๙.	สัพพสังขาเรสุ อนิฏฐสัญญา	ความกำหนดหมายถึงความเป็นสิ่งไม่น่าปรารถนาในสังขารทั้งปวง
๑๐.	อานาปานัสสติ	การใช้สติกำหนดลมหายใจเข้าและออก

อารมณ์ที่ควรระลึก ๑๐

๑.	พุทธานุสสติ	ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า
๒.	ธัมมานุสสติ	ระลึกถึงคุณของพระธรรม
๓.	สังฆานุสสติ	ระลึกถึงคุณของพระสงฆ์
๔.	สีลานุสสติ	ระลึกถึงศีลของตน
๕.	จาคานุสสติ	ระลึกถึงทานที่ตนบริจาคแล้ว
๖.	เทวตานุสสติ	ระลึกถึงคุณธรรมที่ทำให้บุคคลเป็นเทวดา
๗.	มรณัสสติ	ระลึกถึงความตายที่จะมาถึงตน
๘.	กายคตาสติ	ระลึกทั่วไปในกายว่าไม่มีอะไรงาม น่าเกลียด
๙.	อานาปานสติ	ตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก
๑๐.	อุปสมานุสสติ	ระลึกถึงนิพพานอันเป็นที่ดับกิเลส

ปลิโพธิ (เครื่องกังวล) ๑๐

๑. อาวาสปลิโพธิ	กังวลด้วยที่อยู่
๒. กุลปลิโพธิ	กังวลด้วยตระกูล
๓. ลาภปริโพธิ	กังวลอยู่กับลาภสักการะ
๔. คณปลิโพธิ	กังวลอยู่กับหมู่คณะ
๕. กัมมปลิโพธิ	กังวลอยู่กับการงาน
๖. อัทธานปลิโพธิ	กังวลในการเดินทางไกล
๗. ญาติปลิโพธิ	กังวลอยู่กับญาติ
๘. อาพาธปลิโพธิ	กังวลในความเจ็บป่วย
๙. คันถปลิโพธิ	กังวลในการศึกษา
๑๐. อิทธิปลิโพธิ	กังวลอยู่กับฤทธิ์

สังโยชน์ (กิเลสเครื่องผูกใจสัตว์) ๑๐

๑. สักกายทิฏฐิ	ความเห็นอันเป็นเหตุให้ถือว่าเป็นสัตว์บุคคล ตัวตน ของเราของเขา
๒. วิจิกิจฉา	ความสงสัยลังเลทำให้ไม่แน่ใจในการปฏิปทาเครื่องดำเนินของตน
๓. สีลัพพตปรามาส	การเชื่อถือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ โดยเข้าใจว่ามีได้ด้วยศีลหรือการบำเพ็ญพรตอย่างนั้นอย่างนี้
๔. กามราคะ	ความกำหนัดยินดีด้วยอำนาจกิเลสกาม หรือด้วยอำนาจแห่งราคะ
๕. ปฏิฆะ	ความกระทบกระทั่งแห่งจิต ได้แก่ความหงุดหงิดด้วยอำนาจของโทสะ
๖. รูปราฆะ	ความติดอยู่ในรูปธรรม หรือในพัสดุบางสิ่ง หรือแม้จนที่สุดติดอยู่ในอารมณ์แห่งรูปฌาณ

๗. อรูปราคะ ความติดอยู่ในอรูปธรรม เช่น พอใจในสุขเวทนาเป็นต้น

๘. มานะ ความสำคัญตัวว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้

๙. อุทธัจจะ ความคิดฟุ้งสร้าน คิดนึกอะไรก็เพลิดเพลินไปจนเกินกว่าเหตุ

๑๐. อวิชชา ความโง่เขลาไม่รู้เท่าทันตามความเป็นจริง

การให้ทาน ชื่อว่าให้ ๕ อย่าง

๑. ให้อายุ ๒. ให้วรรณะ ๓. ให้สุข ๔. ให้กำลัง และ ๕. ให้ปฏิภาณ

พุทฺธํ ชีวิตํ ยาวนิพฺพานํ สรณํ คจฺฉามิ

ข้าพเจ้า ขอถึงพระพุทธเจ้าว่าเป็นสรณะตลอดชีวิต ตราบเท่าพระนิพพาน

ธมฺมํ ชีวิตํ ยาวนิพฺพานํ สรณํ คจฺฉามิ

ข้าพเจ้า ขอถึงพระธรรม ว่าเป็นสรณะที่พึ่งตลอดชีวิต ตราบเท่าพระนิพพาน

สงฺฆํ ชีวิตํ ยาวนิพฺพานํ สรณํ คจฺฉามิ

ข้าพเจ้า ขอถึงพระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งตลอดชีวิต ตราบเท่าพระนิพพาน

สพฺเพ สตฺตา สทา โหนฺตุ อเวรา สุขชีวิโน

ขอปวงสัตว์ทั้งหลาย จงเป็นผู้ไม่มีภัยเวรต่อกัน เป็นผู้ดำรงชีพอยู่เป็นสุขทุกเมื่อเถิด

กตํ ปุญฺญผลํ มยฺหํ สพฺเพ ภาคี ภวนฺตุ เต

ขอปวงสัตว์ทั้งสิ้นนั้น จงเป็นผู้มีส่วนได้เสวยผลบุญ อันข้าพเจ้าได้บำเพ็ญแล้วนั้น เทอญ ฯ

อปฺปมาโณ พุทฺโธ

พระพุทธเจ้า ทรงพระคุณไม่มีประมาณ

อปฺปมาโณ ธมฺโม

พระธรรม ทรงพระคุณไม่มีประมาณ

อปฺปมาโณ สงฺโฆ

พระสงฆ์ ทรงพระคุณไม่มีประมาณ

บทความ

บทความ

โดย

นายถือธรรม (นายบริสิทธิ์ ธรณี)



ด้วยได้สังเกตในเวลานี้ เมืองไทยเราดูไม่ค่อยเรียบร้อย โจรผู้ร้ายชุกชุม บุคคลต่าง ๆ แย่งกันกินแย่งกันใช้ ในวัตถุและอาหารและอาชีพ เห็นแก่ตัว ไม่มีศีลธรรมอันดีจะเห็นได้ว่า แม้ผู้มียศศักดิ์และทรัพย์สมบัติก็ยังตกอยู่ในภาวะของสังคม อบายมุข ตลอดจนทางคณะสงฆ์ก็ไม่ได้ช่วยเหลือปลุกปลอบหรือชักจูง เคยทำอย่างไรก็ทำไปอย่างนั้น แท้จริงบุคคลซึ่งเป็นที่เคารพนับถือของประชาชน เช่นข้าราชการ และพระภิกษุสงฆ์ ครูบาอาจารย์ควรจะช่วยกันทำตัวอย่างให้เป็นที่ตั้งของกุศลกรรม คือ ศีลห้า และกรรมบท ๑๐ นี่สำหรับคฤหัส ส่วนพระภิกษุสงฆ์ควรจะปฏิบัติตามธรรมวินัยให้เคร่งครัด แล้วช่วยกันชักจูงบุคคลอื่น ๆ ให้ประพฤติปฏิบัติต่อไป ดังต่อไปนี้—

๑. ให้เลิกการเสพสุราในงานทุกงาน เลิกการดูมหรสพกลางคืน ตามวัดต่าง ๆ ควรเลิกมีงานมหรสพเสียทุกแห่ง เพราะการมหรสพเป็นอบายมุข ไม่ควรไปมีในวัดซึ่งเป็นสถานที่เคารพสักการะ และเป็นที่บำเพ็ญกุศล

๒. ให้ข้าราชการทุกคนเลิกเสพสุราและเที่ยวกลางคืน ให้รักษาศีลห้าเป็นนิจตลอดจนครูอาจารย์ทุกคน

๓. ซ่องโสเภณี ไนท์คลับ เลิกหมด ตลอดจนการพนันทุกชนิด และการประกวดนางงาม

๔. ให้พระภิกษุสงฆ์ทุกวัดที่ไม่ติดการปฏิบัติธรรมวินัยหรือกิจวัตรอย่างใด ให้หาทางไปตามบ้านเรือนราษฎรซึ่งอยู่ใกล้กับวัดในเมื่อฉันเพลแล้ว ให้ชักชวนแนะนำบุคคลในละแวกนั้นให้ถือศีลห้าให้ทั่วทุกคนและจัดให้มีปัจจัยสี่เป็นรางวัลแก่พระภิกษุสงฆ์ที่ชักชวนบุคคลให้ถือศีลห้าได้มากที่สุดด้วย โดยไม่จำเป็นต้องไปชักชวนในที่ประชุมชนมาก แม้พบ

ปะเพียงคนเดียวก็ให้ชักชวนจนเขาเห็นดีเห็นชอบในการรักษาศีลห้า ถ้าหากวันเดียวไม่สำเร็จ ก็ให้พยายามชักชวนจนเป็นผลสำเร็จ แล้วจึงไปชักชวนคนอื่นต่อไป ดังนี้เป็นต้น

๕. การสวดมนต์ตามที่ต่าง ๆ ให้ราษฎรหรือใคร ๆ ฟังเพื่อการกุศลในการขึ้นบ้านใหม่ มงคลสมรสหรืองานบุญต่าง ๆ อย่าสวดเป็นภาษาบาลี ให้สวดเป็นภาษาไทย เพื่อคนฟังจะได้ฟังรู้เรื่อง และปฏิบัติถูกต้อง หรือถ้าสวดไม่ได้ ก็ควรแปลอย่างย่อ ๆ ให้คนฟังเข้าใจ เพราะพระพุทธวัจนะของพระพุทธเจ้าที่ได้ทรงสั่งสอนต้องการให้คนฟังเข้าใจ และให้ถือปฏิบัติต่างหาก ไม่ใช่สวดเฉย ๆ โดยคนฟังไม่รู้เรื่องอะไรเลย แล้วถือกันว่าได้บุญนั้น คนเราทุกวันนี้จึงไม่รู้เรื่องพระพุทธศาสนาอันแท้จริง รู้แต่เพียงว่า ฟังพระสวดมนต์แล้วเป็นได้บุญทั้งนั้น นี่เป็นข้อหนึ่งที่กระทำให้คนประพฤติเสื่อมศีลธรรม ไม่รู้เรื่องแห่งคำสอนของศาสนา จะเห็นได้ว่างานมงคลสมรส พระสวดมงคล ๓๘ ให้ฟัง พอพระสวดจบ ตกเย็นฆ่าหมู เป็ด ไก่ นำสุรามาเลี้ยงกัน ซึ่งเป็นอัปมงคล โดยที่เขาเหล่านั้นไม่รู้เรื่องเลย ดังนี้เป็นต้น และการฟังธรรม ซึ่งในบาลีว่าได้อานิสงส์ ๕ อย่างนั้น จะได้อย่างใด เพราะพระแสดงธรรมหรือการสวดมนต์นั้น ใช้ภาษาอื่น ซึ่งไม่ใช่ภาษาที่เขารู้เลย ดังนี้ก็เห็นชัดอยู่แล้ว

บ้าน หมู่บ้าน ตำบล อำเภอ จังหวัด ประเทศนั้น ถ้าพลเมืองไม่มีศีลห้าหรือกรรมบท ๑๐ แล้ว ที่ดินและบุคคลส่วนนั้นจะหาความสุขเจริญได้ยาก

ตามที่แนะนำมานี้ ข้าพเจ้าได้เคยทำในครั้งรับราชการ ตำแหน่งปกครอง มาได้เห็นผลมาแล้ว การปกครองจะใช้อำนาจกฎหมายหรืออำนาจใด ๆ ก็ตาม ถ้าบุคคลไม่มีศีลห้าแล้ว เห็นว่าไม่ได้ผล จะได้ก็ชั่วครั้งชั่วคราวเท่านั้น แล้วก็คงเดิมต่อไป

เท่าที่เห็นเวลานี้ การปกครองราษฎร ผู้ปกครอง เช่นนายอำเภอ ปลัดอำเภอ ตำรวจ และข้าราชการอื่น ๆ เหินห่างกับราษฎรมาก บางคนราษฎรไม่รู้จักก็มี ทั้งนี้จึงเป็นเหตุให้เกิดการเสื่อมศีลธรรมและไม่ได้ผลเท่าที่รัฐต้องการ ที่จริง ข้าราชการเหล่านี้จะต้องอุทิศทรัพย์ กาย เวลา และปัญญาเข้าคลุกคลีกับราษฎร คือตัวหัวหน้าจะต้องไปตามบ้านเรือนราษฎรทุกหมู่บ้านที่ตนปกครอง และแนะนำสั่งสอนให้อยู่ในศีลธรรม และทำมาหากิน

ในทางสุจริต ตลอดจนการอื่น ๆ ที่ไม่ขัดกับศีลธรรม แม้จะต้องใช้ทรัพย์ ปัญญาและเวลาส่วนตัวบ้างก็ต้องยอม เพื่อเห็นแก่ความอยู่เย็นเป็นสุขของประชาชน ผิดกับสมัยที่ผู้เขียนปกครองราษฎร ทุกคน ทุกบ้านเรือน ถนนหนทางตรอกซอย ภูเขา ป่า หลับตามองเห็นหมดว่า บ้านใดมีคนกี่คนเกี่ยวดองกันอย่างใด คนใดประพฤติทำมาหากินอย่างใด รู้หมด และเมื่อเราแนะนำให้เขาทำแล้ว ตัวเราเองจะต้องทำด้วย และวางสายลับของเราไว้ทุกแห่งด้วยการเสียสละทรัพย์ และการช่วยเหลือให้เขาบ้าง ถ้าผู้ปกครองไม่ทำดังนี้ สภาพก็คงเป็นดังทุกวันนี้ หาเปลี่ยนได้ไม่ ตัวนายอำเภอจะต้องคลุกคลีพักตามบ้านเรือนราษฎรทุกบ้าน ทำความคุ้นเคยให้รู้จักทุกคนในบ้านนั้นแล้วจึงไปบ้านอื่นต่อไป การไปพักนั้น โดยเราเป็นผู้ออกค่ากินส่วนตัวเอง อย่าไปรบกวนอาหารของเขาเป็นอันขาด ให้เขาเป็นฝ่ายผู้รับเท่านั้น ทางเราเป็นผู้ให้ เท่านี้เอง ประชาชนก็จะอยู่เย็นเป็นสุขทั่วหน้า ถ้านายอำเภอคนใดทำไม่ได้ดังนี้ก็ควรลาออกไปเสียได้แล้ว.

คำถามข้อที่ ๑

ตามประเพณีที่ทำกัน การขึ้นบ้านใหม่ ทำบุญอายุ การแต่งงานสมรส มักนิมนต์พระภิกษุมาสวดมนต์ ตามบ้านเรือนและสถานที่ทำงานนั้น ถือกันว่า ได้บุญ และเป็นมงคล และป้องกันภัยอันตรายต่าง ๆ ได้นั้น ข้าพเจ้ามีความสงสัยเป็นอันมาก กล่าวคือ การสวดมนต์เป็นภาษาบาลีนั้น สวดให้คนฟังใช่ไหม ถ้าใช่ คนฟังจะเข้าใจละหรือ เพราะการฟังธรรมตามบาลีว่าได้บุญคืออานิสงส์ ๕ อย่าง คือที่ไม่รู้จะได้รู้ที่สงสัยจะได้หายสงสัย เป็นต้น ข้าพเจ้าเคยถามเจ้าของงานที่ทำงานว่า ฟังพระสวดมนต์ เช่นสวดพระปริต หรือมงคลสูตรนั้น รู้ฟังและเข้าใจไหม เขาตอบว่า ไม่รู้ฟัง เพราะเป็นภาษาบาลี แต่ที่เขานั่งฟังจนจบนั้น เขาถือว่าได้บุญและเป็นมงคลป้องกันอันตรายให้บำบัดทุกข์ได้ต่าง ๆ ข้าพเจ้าได้แปลให้เขาฟังเป็นภาษาไทยคงได้ความว่า คำที่พระสวดมนต์นั้น ให้เขาประพฤติปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้านั่นเอง หาใช่เพียงแต่ฟังไม่ เพราะการฟังคำสอนที่ไม่รู้ฟังนั้นหาได้อานิสงส์๕ไม่ จะเห็นได้ว่า เมื่อพระสวดมนต์เสร็จแล้ว งานแทบทุกงานจะมีการเลี้ยงอาหาร เสพสุรา และบางงานมีการฆ่าสัตว์เลี้ยงพระและเลี้ยงคนด้วย ซึ่งเป็นการบาปกรรม เป็นอัปมงคล โดยเจ้าของงานไม่รู้สึก เพราะฟังพระสวดมนต์ไม่เข้าใจนั่นเอง ถ้าตอบว่า ที่สวดนั้นพระหาได้สวดให้คนฟังไม่ สวดเพื่อให้เป็นสวัสดิมงคลและป้องกันอันตรายต่าง ๆ เพื่อให้เจ้าของบ้านอยู่เย็นเป็นสุขปราศจากทุกข์ภัยต่าง ๆ นั้น ข้าพเจ้ายิ่งสงสัยหนักขึ้น เพราะการที่จะอยู่เย็นเป็นสุขปราศจากทุกข์ภัยต่าง ๆ ได้นั้น ตามบาลีคำสอนของพระพุทธศาสนา ถือว่า "กรรม คือการกระทำของตน ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว" ต่างหาก ไม่ใช่ถือว่า พระมาสวดมนต์ให้ และตนฟังแล้วเป็นอันสิ้นทุกข์กันไป ข้อเหล่านี้มันขัดกันอยู่เห็นชัด ๆ และการฟังธรรมที่พระสวดมนต์ โดยมากมักถือกันว่า ได้บุญคืออานิสงส์ ๕ บางคนสวมรองเท้านั่งฟัง ซึ่งตามพระวินัยเป็นอาบัติแก่พระที่แสดงธรรม บางคนเบื่อฟัง เพราะฟังไม่รู้เรื่อง แต่นั่งฟังตามประเพณีนิยมเท่านั้น และตามประเพณีนิยมมักให้ศีลให้พรแก่กันในวันขึ้นปี และทำบุญวันเกิด พรที่

ให้นั้นก็คือ ขอให้ได้รับความสุขกายสุขใจ มีอายุยืน เป็นต้น ซึ่งขัดกับหลักทางพุทธศาสนาถือว่า บุคคลผู้มีศีลธรรมอันดีจึงจะได้สุข และมีอายุยืน และมีโภคทรัพย์ จนถึงพระนิพพาน ดังจะเห็นได้ว่า เมื่อพระให้ศีลจบแล้วจะแสดงอานิสงส์ของศีล คือ เป็นสุข มีทรัพย์ ถึงพระนิพพาน เป็นต้น ต่างหาก หาใช่ให้คนอื่นมายกยอให้พรแก่ตนไม่ ในข้อนี้ ข้าพเจ้าได้อ่านหนังสือไกลบ้าน พระราชนิพนธ์ของรัชกาลที่ ๕ ซึ่งให้พรแก่กรมพระสมมุติ ฯ ว่า ประเพณีเขาให้พรกัน คือให้มีอายุ สุข มีทรัพย์ และปราศจากโรคภัยไข้เจ็บนั้น เป็นการยกยอซึ่งปราศจากความจริง พระองค์ท่านจึงขอให้พรว่า "ขอให้เธอจงหมั่นประพฤติปฏิบัติตนในทางที่ชอบที่ควร การงานไม่คั่งค้าง และปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ก็จะมีความสุข และทรัพย์สมบัติร่ำรวยตลอดกาลนาน" ดังนี้ ข้าพเจ้าชอบใจพระราชนิพนธ์นี้มาก เพราะเป็นความจริง ซึ่งตรงกับหลักของพระพุทธศาสนาแน่แท้.

คำถามข้อที่ ๒

เรื่อง การปลงอาบัติของพระ

เมื่อฉันอาหารเสร็จแล้ว หรือลงโบสถ์สวดมนต์เย็นเพื่อฟังพระปาฏิโมกข์ พระภิกษุสององค์ปลงอาบัติเป็นภาษาบาลี เมื่อแปลเป็นคำไทยได้ความว่า วันนี้ข้าพเจ้าต้องอาบัติเข้าแล้วทั้งเล็กและใหญ่ ต่อไปข้าพเจ้าจะไม่ทำดังนี้อีก พระอีกองค์หนึ่งก็รับว่า สาธุ คือแปลว่า ดีแล้ว นี้เป็นประเพณีกันมานานจนถึงบัดนี้ แท้จริงอาบัติไม่ต้องเลยก็ยังปลงอาบัติกัน เท่ากับไม่รู้เรื่องแห่งคำบาลีที่ว่านั้นนั่นเอง ครั้งรัชกาลที่ ๕ มีคดีเกิดแก่สงฆ์ครั้งหนึ่งในครั้งนั้นมีพระลูกวัดองค์หนึ่งบวชพรรษาเดียวก็จะสึก แต่เป็นปัญญาชนคือบวชเพื่อจะเอาบุญไม่ใช่บวชตามประเพณี ปฏิบัติวินัยอย่างเคร่งครัด พอฉันอาหารแล้วไม่พูดคุยกับใครเข้าปฏิบัติกรรมฐานเลย แต่ไม่ยอมปลงอาบัติตามประเพณี สมภารสั่งก็ไม่ปฏิบัติ จึงถูกบรรพาชนิยกรรมให้ออกจากวัด พระรูปนั้นอุทธรณ์จนถึงเถรสมาคม ในครั้งนั้นสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณ ฯ เป็นพระสังฆราช เป็นประธานในที่ประชุม กริ้วมาก หาว่าสมภารไม่มีความรู้ จึงต้องถูกออก เพราะฉะนั้นในเวลานี้ก็ยังมีอยู่ในเรื่องการปลงอาบัติเป็นภาษาบาลี ซึ่งพระบวชใหม่ต้องปฏิบัติตามอยู่โดยไม่รู้สึกและไม่เข้าใจเลยเช่นนี้ข้าพเจ้าสงสัยว่า เหตุใดทางการคณะสงฆ์จึงไม่จัดการให้เป็นเยี่ยงอย่างอันเดียวกันกับพระธรรมยุติ และหายงมงายเสียทีในเรื่องการกล่าวภาษาบาลีนี้ ข้าพเจ้าสงสัยเหลือเกิน เพราะคนไทยไม่รู้จักภาษาบาลี ที่รู้จักพระพุทธศาสนาก็แต่เฉพาะพระเทศน์ ซึ่งแปลเป็นคำไทยแล้วเท่านั้น แต่ถึงเช่นนั้นก็มีอยู่น้อยเต็มทีที่มาฟังพระเทศน์โดยมากมักเป็นผู้เฒ่าผู้แก่โดยมากและจะให้ฟังพระเทศน์แต่ละครั้งก็จะต้องนิมนต์พระและอาราธนาศีล อาราธนาธรรม มีอาสนะเป็นการใหญ่โตมาก ไม่เหมือนกับศาสนาอื่น ๆ เขาเที่ยวเดินเทศน์ แม้คนเดียวเขาก็เทศน์อยากจะถามว่า พระตามวัดต่าง ๆ เมื่อฉันเพลเสร็จแล้วอย่าจำวัดเลย ขอให้ไปตามบ้านเรือน

ราษฎร เมื่อทำความคุ้นเคยเสร็จแล้ว ขอให้พระชักชวนให้บุคคลถือศีลห้าเป็นข้อใหญ่ ถ้าทำได้ดังนี้ทุก ๆ วัน บ้านเมืองจะปราศจากโจรผู้ร้าย และมีศีลธรรมอันดี เพราะเวลานี้ ที่ว่าคนไทย ๓๐ ล้านคนนับถือพุทธศาสนาตามสำมะโนครัวที่สำรวจได้นั้น นับถือแต่ปากไม่ประพฤติตามเลย ศีลธรรมตามชนบท ข้าพเจ้าเคยไปพูดให้คนฟัง คนเบื่อ เขาบอกว่าอย่าพูดในเรื่องศีลธรรมเลย เขาพูดกันแต่ในเรื่องจะตีรันฟันแทงกินสุราปล้นฆ่ากันเท่านั้น ข้าพเจ้าก็จนใจและสลดใจแทน โดยมากการทำบุญกุศลขณะนี้มีการให้ทานเป็นการใหญ่ ส่วนที่จะทำใจให้สงบด้วยศีลธรรมนั้นหายาก ตลอดจนตามวัดวาอารามมีแต่งานมโหรสพสนุกสนานกันเป็นส่วนใหญ่ มีแต่การชักชวนเรี่ยรายสร้างกุฏิ ซึ่งแต่เดิมไม่ค่อยสวยงาม รื้อทำใหม่กันแต่ทางจิตใจไม่ค่อยมีเลย ผู้ไปวัดหาพระ ได้ฟังพระทักทายแต่ในทางทำมาหากินและเรื่องของโลก จะหาทางธรรมไม่มีเลย ถ้าถามทางธรรมก็บอกให้อย่างเสียมิได้ แล้วชวนคุยในเรื่องโลกต่อไป พระบางองค์ไม่รู้จักกรรมฐาน นอกจากเรียนนักธรรมตามเวลาสำหรับพระบวชใหม่แล้ว พระบวชเก่า ๆ ฉันเพลแล้วจำวัด ไปถามในเรื่องธรรม บางองค์ก็ตอบไม่ได้ แม้จะเป็นชั้นราชแล้วก็ตามธรรมบางอย่างก็ตอบไม่ได้ ผู้ที่สนใจทางธรรมจะไปไต่ถามใครก็ไม่ได้ เพราะตามปกติ พระตามวัดต่าง ๆ ไม่ค่อยได้ค้นคว้าหนังสือธรรม พอได้ไปก็เก็บไว้ในตู้ จึงถามไม่ค่อยรู้เรื่อง สรุปแล้ว พระตามวัดในเวลานี้ไม่ค่อยปฏิบัติกรรมฐาน นอกจากเรียนนักธรรมและบาลีบ้างบางองค์ก็เป็นส่วนน้อย โดยเฉพาะ เจ้าอาวาสชอบสร้างกุฏิประกวดประชันกันเป็นส่วนใหญ่ การปฏิบัติธรรม วินัยจึงย่อหย่อนเต็มที่ ทั้งนี้เป็นเพราะผู้มีหน้าที่ตรวจตราไม่ได้เอาใจใส่นั่นเอง มีเจ้าอาวาสบางองค์ประพฤติตนคล้ายคฤหัสถ์ มีการซื้อขายของเป็นต้น ดู ๆ แล้ว ข้าพเจ้ามีความสลดใจเป็นอันมาก ควรที่ทางคณะสงฆ์จะจัดการทำสังคายนาย ๆ เสียสักที พระที่ไม่ประพฤติปฏิบัติธรรมวินัยควรสึกเสีย แล้วควรรับบุคคลที่มีศรัทธาจริง ๆ อุปสมบท เพราะในเวลานี้ พระที่บวชโดยมากบวชกันตามประเพณีนิยม ถามว่าบวชทำไม บางคนบอกว่าบวช ๑ พรรษาเช่นนี้มาพักผ่อนต่อการศึกษาเล่าเรียนที่ใช้สมองหนักหนัก เพื่อมาพักสมองและร่างกายเสียบ้าง บางคนว่า บวชเพื่อให้บิดามารดาตามประเพณีนิยม บางคน

ก็บวชเพื่อหนีอาชีพทางฆราวาสฝืดเคือง และบางคนก็ว่าบวชเพื่อจะเรียนวิชาทางคฤหัสถ์ เพราะการบวชมีเวลาว่างมาก ดังนี้ จะหาคนบวชโดยศรัทธาเลื่อมใสในพระพุทธศาสนาไม่ค่อยมี และเวลาบวชโดยมากพระอุปั่ชฌายะ และคู่สวดมักให้นาคที่จะบวชท่องคาถาคำตอบเป็นบาลีก่อนบวชจนคล่องดีแล้ว จึงจัดการบวชโดยผู้บวชไม่รู้เรื่องอะไรเลย ถามผู้บวช โดยมากมักตอบว่า พระอุปั่ชฌายะท่านถาม และผู้บวชตอบนั้นรู้เรื่องไหม ผู้บวชบอกว่าไม่รู้เรื่อง ท่านให้ตอบอย่างไรเป็นภาษาบาลีก็ต้องตอบไปอย่างนั้น ข้าพเจ้าฟังดูแล้วคล้าย ๆ กับทำเป็นพิธีเท่านั้นเอง สมควรที่ทางการคณะสงฆ์จะตรวจตราดูแลตามหน้าที่ของผู้ปกครองซึ่งได้รับแต่งตั้ง เช่นเจ้าคณะตรวจการณ์เป็นต้น โดยออกตรวจเหมือนครั้งสมเด็จพระมหาสมณะเจ้ากรมพระยาวชิรญาณ ฯ ครั้งทรงพระชนม์อยู่นั้น จะกระทำให้ศาสนารุ่งเรืองกว่านี้มาก.



★ ปุรัตถิมทิศ

★ ปัจฉิมทิศ

★ อุปริมทิศ

คัดจากหนังสือ สอนพระพุทธศาสนาแก่เด็ก เรื่อง "ทิศ ๖" แต่งโดย สมเด็จ พระพุฒโฆษาจารย์ (วาศน์ นิลประภา) วัดราชบพิธ

เด็ก ๆ คงรู้จักพระอาทิตย์ที่ขึ้นมาเวลาเช้า และค่อยเขยิบสูงขึ้นข้ามศีรษะ ตกไปในเวลาเย็น ถ้าให้ใครคนหนึ่งยืนกางแขนผินหน้าไปทางที่พระอาทิตย์ขึ้นมา ด้านข้างหน้าที่มองเห็นพระอาทิตย์นั้น เขาเรียกกันว่า ทิศตะวันออก เพราะพระอาทิตย์โผล่ขึ้นมาทางนั้นก่อนทุกวัน ด้านข้างหลังเป็นทางที่พระอาทิตย์ตกหายไป เขาเรียกว่า ทิศตะวันตก ด้านข้างมือซ้ายเขาเรียกว่า ทิศเหนือ ด้านข้างมือขวาเขาเรียกว่าทิศใต้ ทิศทั้ง ๔ นี้ เป็นทิศสำคัญ ที่เขาแบ่งแยกละเอียดออกไปอีกเป็น ๘ ทิศ ๑๖ ทิศก็ยังมี

ทิศเหล่านี้ คนแต่ก่อนบางพวกเขาถือว่ามีเทวดารักษาประจำทิศ ตื่นขึ้นเช้าเขามักกราบไหว้ทิศเหล่านี้ เป็นการเคารพบูชาเทวดาประจำทิศ เพราะอยากให้เทวดารักใคร่สงสาร

ต่อมาครั้งพระพุทธเจ้าของเราเที่ยวเทศน์สั่งสอนคนทั่วไป มีเรื่องเล่าว่า คราวหนึ่งเมื่อท่านจำพรรษาอยู่วัดเวฬุวัน[๑] เคียงเมืองราชคฤห์ วันหนึ่งเวลาเช้าทรงเห็นเด็กชายคนหนึ่งชื่อสิงคาล นุ่งผ้าเปียกห่มผ้าเปียก กำลังกราบไหว้ทิศเหล่านั้นจึงตรัสถามว่า เจ้าทำอะไร เด็กชายสิงคาลตอบว่า ไหว้ทิศขอรับ ท่านถามอีกว่า ไหว้ทิศทำไม เขาตอบว่า เมื่อบิดาของกระผมจะตาย ท่านได้สั่งว่าให้ไหว้ทิศ กระผมจึงทำตามคำบิดาสั่งขอรับ จึงตรัสว่า การไหว้ทิศของพวกเราไม่ทำกันอย่างนี้ เด็กชายสิงคาลแปลกใจ อยากรู้เรื่องจึงอ้อนวอนขอให้ท่านชี้แจงให้ฟัง

พระพุทธเจ้าท่านเป็นผู้ฉลาดเฉลียว เข้าใจสั่งสอนคืนักชั้นแรกทรงอธิบายถึงความประพฤติที่ควรทำและไม่ควรทำอย่างอื่น ๆ[๒] ให้เด็กชายสิงคาลฟังเพลินเสียก่อน ภายหลังจึงจัดเอาคนที่คนทุก ๆ คนมักเกี่ยวข้องอาศัยช่วยเหลือกันได้มาเปรียบเทียบให้เหมือนกับทิศต่าง ๆ คือ ทิศตะวันออก[๓] นั้นเปรียบได้แก่บิดามารดา เพราะบิดามารดาเป็นผู้มีบุญคุณได้เลี้ยงดูลูกมาก่อนคนอื่น เหมือนพระอาทิตย์ที่โผล่ขึ้นมาทางด้านทิศตะวันออกก่อนเฉะนั้น ทิศใต้[๔] เปรียบได้แก่ครูอาจารย์ เพราะครูอาจารย์เป็นผู้แนะนำสั่งสอนศิษย์รองต่อจากบิดามารดาอีกที ทิศใต้อยู่ข้างมือขวา มือขวาเป็นมือถนัดเขียนหนังสือ หรือทำการอย่างอื่นโดยมากจึงเปรียบได้แก่ครูอาจารย์ ทิศตะวันตก[๕] เปรียบได้แก่สามีภริยา เพราะเป็นผู้ที่จะมีมาทีหลังเมื่อคนเราเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ ทิศเหนือ[๖] เปรียบได้แก่เพื่อน เพราะทิศเหนืออยู่ข้างมือซ้าย มือซ้ายเป็นมือที่ช่วยข้างขวาทำอะไรได้บ้าง และมิใช่เพียง ๔ ทิศนี้เท่านั้น ท่าน

---

(๑) *แปลว่า วัดป่าไผ่ มีพิสดารในสิงคาโลวาทสูตรทีฆนิกาย ปาฏิกวัคค์*

(๒) *ดูพิสดารในสิงคาโลวาทสูตร*

(๓) *ปุรัตถิมทิศ แปลว่าทิศเบื้องหน้า*

(๔) *ทักษิณทิศ แปลว่าทิศเบื้องขวา*

(๕) *ปัจฉิมทิศ แปลว่าทิศเบื้องหลัง*

(๖) *อุตตรทิศ แปลว่าทิศเบื้องซ้าย*

ยังจัดเพิ่มขึ้นอีก ๒ ทิศ คือทิศเบื้องต่ำ (๑) เปรียบได้แก่บ่าวไพร่ เพราะเป็นผู้มีฐานะพื้นเพต่ำกว่านาย ๆ เขาใช้สอยบังคับได้ บ่าวจะใช้สอยนายไม่ได้ ทิศเบื้องบน(๒) เปรียบได้แก่ภิกษุสามเณร (๓) ผู้รักษาศีลประพฤติความดี รวมเป็นทิศที่พระพุทธเจ้าเปรียบเทียบไว้ ๖ ทิศด้วยกันดังนี้

เมื่อพระพุทธเจ้าเทียบเคียงคนให้เหมือนกับทิศดังนี้แล้วยังได้อธิบายถึงวิธีหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกันเป็นทิศ ๆ ไว้อีกเช่นบิดามารดากับลูกมีหน้าที่เกี่ยวข้องกันอย่างไรเป็นต้น แต่จะเอาไว้เล่าให้ฟังในบทต่อไป ขอพระพุทธเจ้าอธิบายทิศและหน้าที่วิธีซึ่งเปรียบเหมือนการกราบไหว้ทิศจบแล้ว เด็กชายสิงคาลชอบใจมาก ลุกขึ้นทำความเคารพแสดงตัวว่าเป็นผู้นับถือพระพุทธเจ้าว่าเป็น (พระศาสดา) ของตน (๔) ยอมเป็นศิษย์ตั้งแต่นั้นมา

เราได้อ่านรู้เรื่องของพระพุทธเจ้าเพียงนี้ พอสังเกตได้ว่าท่านฉลาดมากทีเดียว เข้าใจเปรียบเทียบให้เห็นง่าย ดูซิคนพวกอื่น ๆ เขานิยมไหว้ทิศกัน ท่านก็อธิบายคล้อยตามว่าควรไหว้ทิศเหมือนเช่นนั้น แต่แทนที่จะให้ไหว้ทิศต่าง ๆ เปล่า ๆ ท่านกลับหมายเอาคนที่ต้องเกี่ยวข้องช่วยเหลือกันยกขึ้นเป็นทิศแทน เพราะดีกว่าไหว้ทิศจริง ๆ มาก ทำให้เกิดความรักความเอ็นดูต่อกันและกันดีขึ้น ช่วยเหลือกันได้ตามสามารถ และไม่ใช่เพียงยกเอาคนขึ้นมาเปรียบเป็นทิศเฉย ๆ เท่านั้น ท่านยังอธิบายแยกหน้าที่ ที่ควรประพฤติต่อกันไว้อีกอย่างละเอียด ให้พวกเราได้รู้ได้ประพฤติตาม นี่เป็นเครื่องแสดงถึงพระคุณของพระพุทธเจ้าที่มีแก่พวกเรายิ่งนัก เรานับถือเคารพบูชากราบไหว้รูปของท่าน (พระพุทธรูป) แล้วนึกถึงคุณความดีของท่านเช่นนี้เสมอ จะชวนให้เราอยากทำตามเรื่องที่ท่านสั่งสอนมากขึ้นอีก จักชื่อว่าเป็นคนดี เพราะคนที่ประพฤติตามคำสอนของท่านไม่เป็นคนเลวเลย

---

(๑) *เหฏฐิมทิศ*

(๒) *อุปริมทิศ*

(๓) *ในพระสูตรว่า สมณพราหมณ์*

(๔) *เรียกว่า แสดงตนเป็นพุทธมามกะ*

ปุรัตถิมทิศ บิดามารดา



เราทุกคนที่เกิดมาล้วนต้องอาศัยเกิดมาจากบิดามารดาทั้งนั้น ซ้ำต้องอาศัยบิดามารดาประคับประคองเลี้ยงดูมาก่อนด้วย จึงค่อยเติบโตขึ้นได้ ถึงผู้ที่เป็นกำพร้าก็ยังได้อาศัยการเลี้ยงดูจากหมู่ญาติพี่น้องบ้าง หรือจากท่านผู้มีเมตตา กรุณารับเลี้ยงดูบ้าง ผู้ที่เป็นกำพร้าจึงควรเคารพนับถือผู้ที่เลี้ยงดูตนมา ให้เหมือนกับบิดามารดาของตนทีเดียว บิดามารดาเป็นคนสำคัญที่สุดของลูก เราเกิดมาครั้งหนึ่งก็มีบิดามารดาได้ ๒ คนนี้เท่านั้น ไม่มีแทนอีก และเมื่อพูดถึงความรักกันแล้ว ใครจะมารักเราเท่ากับบิดามารดาเป็นไม่มี คิดดูเถิด ถ้าท่านไม่รักใคร่เราแล้ว ท่านจะคอยป้อนข้าวป้อนน้ำขับกล่อมให้หลับนอนเมื่อเรายังเล็กอยู่ทำไม ท่านจะหาเสื้อผ้าให้เรานุ่งห่ม หาขนมให้รับประทานเมื่อค่อยโตขึ้นทำไม ท่านจะสั่งสอนตักเตือนเราทำไม ท่านจะให้เราเรียนหนังสือทำไม ไม่ใช่เพราะท่านรักใคร่เราสงสารเราดอกหรือ ท่านย่อมเป็นห่วงคิดถึงเรา กลัวเราจะไม่สบายในขณะวิ่งเล่นตรำแดดตรำฝนบ้าง ถูกใครข่มเหงในเวลาเล่นกับเพื่อนเกเรบ้าง ได้รับอันตรายอย่างอื่น เช่นกลับจากโรงเรียนถูกรถชน คนวิ่งราวบ้าง ความเป็นห่วงของบิดามารดาด้วยไม่อยากให้ลูกลำบากต้องการให้มีแต่ความสบายมีวิชาความรู้ ความประพฤติดี เหล่านี้ ไม่มีเวลาหมดศูนย์หายจากใจท่านเลย ถึงท่านจะโกรธเคืองอย่างไร ถ้าเราอ้อนวอนขอโทษท่าน ไม่ช้าก็ดีอย่างเดิมที่สุดเมื่อเราเติบโตขึ้น ท่านกลับเป็นห่วงเอาใจใส่ดูแลมากขึ้นอีก การที่ท่านเลี้ยงดูเป็นห่วงเรานี่แหละ นับว่าเป็นบุญคุณของท่านที่มีอยู่แก่เราผู้เป็นลูกยิ่งนัก เพราะฉะนั้นเราควรจำหัวข้อให้รู้ว่า บิดามารดามีคุณ(๑) แก่เราอย่างไรเสียก่อน ดังต่อไปนี้

๑. บิดามารดาของเราท่านได้เลี้ยงดูให้อะไรต่ออะไรแก่เราด้วยความเอ็นดูรักใคร่ส่วนหนึ่งแล้ว ยังไม่พอเพียงเท่านี้ ท่านยังคอยห้ามปรามเราไม่ให้ทำ ไม่ให้เล่นในสิ่งที่ไม่ดีเช่นท่านห้ามไม่ให้ซน เล่นมีด เล่นไฟบ้าง ไม่ให้รังแกคนอื่น ไม่ให้ด่าใคร โกหกใครบ้าง ไม่ให้ขี้เกียจเรียนหนังสือบ้างเหล่านี้ เพราะข้อที่ท่านห้ามนั้นเราทำเข้าแล้วจะเป็นการไม่

---

(๑) *ในพระสูตรกล่าวบุตรพึงบำรุงก่อน ที่เรียงกลับกันนี้เพื่อสะดวกแก่เรื่อง*

ดีมีแต่คนอื่นเขาเกลียด ท่านเป็นผู้ใหญ่เคยพบเห็นมาก่อน จึงคอยระวังตักเตือนเราอยู่เสมอเช่นนี้ เราต้องเชื่อท่านอย่าดื้อฝ่าฝืนคำห้าม

๒. ท่านห้ามเราแล้ว ท่านก็สอนเราแนะนำเราให้เราเป็นคนดีรู้จักพูดจาอ่อนหวาน รู้จักการเคารพกราบไหว้รู้จักพี่ป้าน้าอา รู้จักนุ่งห่มตลอดจนรู้จักอ่านหนังสือเหล่านี้เป็นต้น เรารักท่านต้องประพฤติตามคำสอนของท่าน ถ้าเราดื้อหัวรั้นไม่เชื่อฟังท่านก็ชื่อว่าเราไม่รักบิดามารดา กลับจะถูกทำโทษอีกด้วย

๓. พอเราโตขึ้นพูดจาชัด ท่านมักเริ่มหัดสอนให้เราอ่านหนังสือ ท่านสอนเองบ้าง ให้คนอื่นสอนบ้าง พอสมควรก็มักให้เข้าโรงเรียน เพราะหนังสือเป็นเบื้องต้นของความรู้อื่น ๆ ถ้าเราไม่รู้หรือรู้เพียงเล็กน้อย ก็นับว่าเราโง่ เมื่อโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ จะทำมาหากินลำบากยาก ๆ จน ๆ คนที่มีวิชาความรู้ได้เล่าเรียนไว้มาก ๆ หากินง่าย รวยเงินรวยทองเร็ว มียศมีศักดิ์ มีคนนับถือ การที่บิดามารดาให้เราเรียนหนังสือหาความรู้นี้เหมือนกับท่านให้แก้วสารพัดนึกแก่เรา หรือยกทรัพย์สมบัติส่วนหนึ่งให้แก่เราเป็นสมบัติติดตัวไม่มีใครขะโมยได้ ควรเราจะต้องขยันรีบเรียนเสียแต่ยังเล็ก ๆ จะได้มีเวลาเรียนมาก โตเสียแล้วเรียนลำบาก

๔. หากว่าเมื่อเราโตขึ้นเลิกเรียนแล้ว มีอายุมากนับว่าเป็นผู้ใหญ่พอจะหากินเลี้ยงตัวเองได้ท่านก็มักจะเป็นธุระจัดหาสามีภริยาที่เห็นว่าสมควรตกแต่งให้เป็นคู่ครองช่วยกันทำมาหากินเลี้ยงตัวต่อไปจะได้เบาใจเบาแรงท่าน เวลานี้เรายังเป็นเด็กอยู่ก็ควรนึกแต่เพียงว่าเราจะตั้งหน้าเรียนหนังสือเท่านั้น อย่าเห็นว่าการเป็นเจ้าชู้เจ้าสาวในขณะเรียนเป็นคนหรูหรา และเวลานี้หรือเมื่อเวลาโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่จะทำธุระการงานอะไร หรือจะคิดหาสามีภริยา อย่าลืมปรึกษาหารือท่าน ขอความเห็นจากท่านด้วยจึงจะนับว่าเป็นลูกที่ดี เคารพนับถือบิดามารดาแท้

๕. อีกอย่างหนึ่ง เมื่อเราโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ ประพฤติตัวดี เชื่อถ้อยฟังคำท่านไม่เป็นคนสุรุ่ยสุร่าย ไม่เที่ยวเป็นนักเลงเกะกะสูบฝิ่นกินเหล้า ขยันทำมาหากินในทางดีท่านมักยกทรัพย์สมบัติของท่านให้อีก เพื่อเป็นทุนต่อไป ถึงเวลานี้ท่านจะให้เราอยู่เสมอเป็นค่าขนม ค่าเครื่องแต่งตัว ค่าเล่าเรียน หรือบางทีท่านให้เป็นพิเศษบ้างก็จริง แต่ยังไม่จุใจ

ท่าน เราขยันหมั่นเรียนเตรียมประพฤติตัวให้ดีไว้ยังจะได้อีก แต่อย่ามัวนึกทะนงเสียว่าทรัพย์สมบัติของบิดามารดามากมายแล้ว เราไม่ต้องแสวงหาอีก รอเวลาท่านยกให้ดีกว่า ดังนี้เป็นการผิด เราต้องนึกว่าทรัพย์ ของบิดามารดาจำเป็นที่เราผู้เป็นลูกจะต้องได้รับไม่ต้องเป็นห่วง นับว่าเป็นกำไรส่วนหนึ่งแล้ว ส่วนเราควรพยายามกระเหม็ดกระแหม่เงินทองไว้ให้เป็นต้นทุน ด้วยกำลังของเราอีกส่วนหนึ่งจึงจะชอบ เป็นการเพิ่มเติมให้ทวีมากยิ่งขึ้น

บิดามารดามีบุญคุณแก่ลูกดังกล่าวมาแล้วนี้ พระพุทธเจ้าจึงได้ยกขึ้นเปรียบเสมือนทิศเบื้องหน้าของลูก เราเป็นลูกเมื่อรู้จักบุญคุณของบิดามารดาเช่นนี้แล้วจะทำอย่างไร ทำไม่รู้ไม่เห็นเสียหรือ ก็ไม่ชอบ ไม่ใช่ความคิดของคนดี บุญคุณของท่านยังติดอยู่กับเราเพียงใด ก็เหมือนกับเรายังเป็นลูกหนี้ท่านอยู่เพียงนั้น เราต้องคิดหาทางใช้หนี้ท่านให้ได้ตามกำลัง เพียงแต่เราขอยืมสตางค์เพื่อนกินขนม ๔ – ๕ สตางค์ ยังรู้สึกกระดากอายขายหน้าต้องรีบหามาใช้จนหมด นี่บิดามารดามีบุญคุณแก่เราตั้งแต่เล็กแต่น้อยมา จะไม่รีบทดแทนบุญคุณท่านบ้าง มิเป็นคนเลวทรามเต็มทีหรือ คนอื่นเขาจะพลอยดูถูกว่าเป็นลูกอกตัญญูไม่รู้คุณบิดามารดา น่าเจ็บใจ น่าอายไม่น้อยเลย เพราะฉะนั้นเราเป็นลูก จำเป็นแท้ที่ต้องหาเวลาตอบแทนบุญคุณท่าน อย่ามัวผัดเมื่อนั้นเมื่อนี่ สามารถทำได้อย่างไรต้องทำทีเดียว จงประพฤติตามข้อที่จะกล่าวต่อไปนี้ จะได้ชื่อว่าทดแทนบุญคุณบิดามารดาถูกต้องดี คือ

๑.๑ จงนึกดูว่า บิดามารดาได้เลี้ยงดูเรามาแต่อ้อนแต่ออกแล้ว จะปล่อยให้ท่านคงเลี้ยงเราตลอดไปเช่นนี้ไม่สมควร เป็นคนรู้มากเห็นแต่ได้ส่วนตนฝ่ายเดียว ท่านจะแก่เฒ่าลงทุกวัน ไม่มีเรี่ยวแรงทำมาหากินได้สะดวก ส่วนเราก็จะเติบโตแข็งแรงขึ้นทุกที จึงควรต้องหาเวลาเลี้ยงตอบแทนท่านบ้าง หากเวลานี้เรายังเป็นเด็กไม่มีกำลังเลี้ยงท่านเต็มที่ได้ เพียงแต่เรามีของกินหรือของใช้เล็ก ๆ น้อย ๆ แบ่งให้ท่านบ้าง เป็นการแสดงน้ำใจของเรา เวลาท่านเจ็บไข้เอาใจใส่คอยดูแลท่าน อย่าเที่ยวหลบหนีเล่นเสีย เท่านี้ก็พอสมควร หรือจะให้ดียิ่งขึ้น เมื่อเราเลี้ยงดูท่านด้วยอาหารการกินไม่ได้ แต่เราเชื่อท่านสอน ไม่ฝ่าฝืนสิ่งที่ท่านห้ามทั้งต่อหน้าและลับหลังทำให้ท่านสบายใจ ไม่ต้องโกรธ ดุเรา ท่านก็จะปลื้มใจอยู่เสมอ เช่นนี้นับว่าดีนักหนา เขาเรียกว่าเลี้ยงน้ำใจท่าน

๑.๒ ช่วยท่านทำธุระบ้าง เช่นเทกระโถน กวาดบ้านหรือกิจธุระอย่างอื่น ๆ คอยช่วยเหลือท่าน ธุระบางอย่างเราพอทำเองได้ก็ต้องยินดีทำอย่าให้ถึงกับท่านต้องออกปาก

ใช้ และเวลาทำต้องทำจริง ๆ ตั้งใจทำให้ดี ให้ถูก สะอาดเรียบร้อย อย่าสักแต่ว่าทำพอแล้ว หรือทำหน้าเง้าหน้างอ เดินลงส้นบึงบั้ง อย่างนี้ไม่ดี ทำคุณจะกลายเป็นโทษ

๑.๓ อีกอย่างหนึ่ง เราต้องแสดงความรักใคร่ญาติพี่น้องตลอดถึงนามสกุลของเราให้มาก สงวนไว้ให้ดีอย่าให้ใครดูถูกดูหมิ่นได้ นามสกุลนั้นเป็นชื่อสืบเชื้อสายพวกพ้องของเรามาแต่ปู่ย่าตายาย ถ้าเราประพฤติตัวไม่ดี เช่น ไปด่าเขาหรือตีหัวเขาแตก คนอื่นเขาก็ติเตียนว่า ลูกคนนั้น หลานคนนี้ นามสกุลว่าอย่างนี้ ชั่วช้าเลวทรามมาก ใครอย่าไปเล่นไปพูดด้วย ดังนี้เราทำเสียชื่อคนเดียวพลอยเสียถึงคนอื่นพวกพ้องวงศ์วานด้วย นับว่าเป็นข้อเสียหายอย่างร้ายแรง ต้องระวังให้มาก

๑.๔ เมื่อเราประพฤติตัวดีพร้อมตามที่กล่าวมา ๓ ข้อข้างต้นนี้ ไม่ละเลยทอดทิ้งเสีย จนเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่อุตสาหะตั้งหน้าทำมาหากินโดยชอบธรรม ไม่เที่ยวลักขะโมยเบียดเบียนเขากิน รู้จักออมสินทรัพย์ที่หามาได้ไว้ ใช้จ่ายแต่พอควรจะคบค้าเพื่อนฝูงก็เลือกคบแต่คนดี ไม่ใช่นักเลงเมื่อเราทำตัวให้เป็นที่ไว้เนื้อเชื่อใจ เป็นหลักฐานเช่นนี้ บิดามารดาย่อมปลื้มใจ เห็นว่าเราคงสามารถปกครองทรัพย์สมบัติแทนตัวท่านได้ ท่านย่อมยินดียกมอบทรัพย์สมบัติให้เราปกครอง เป็นเจ้าของทีเดียว

๑.๕ ถ้าบังเอิญบิดามารดาเจ็บตายไปก่อน เราควรรู้สึกเสียใจให้มากที่ขาดคนสำคัญของเราไปเสีย ทำให้เราว้าเหว่ เช่นนี้เราต้องช่วยเขาจัดแจงศพท่านตามกำลังของเราหมั่นบูชาศพท่าน ไว้ทุกข์ให้ท่าน แผ่ส่วนบุญให้ท่านตามธรรมเนียมที่เราเป็นผู้ถือพระพุทธศาสนา

ถ้าเราประพฤติได้ตามที่กล่าวมา ๕ ข้อนี้ ชื่อว่าเราใช้หนี้บุญคุณบิดามารดา สมควรจะได้รับสรรเสริญว่าเป็นลูกกตัญญูกตเวที[๑] บูชาทิศเบื้องหน้าของตนถูกต้องตามลักษณะคำสอนของพระพุทธเจ้า อนึ่งเราควรนึกถึงว่า ถ้าเราอาศัยผู้อื่น หรือเป็นกำพร้า ได้ญาติหรือท่านผู้มีเมตตาเลี้ยงดูมา เราต้องนับถือท่านผู้นั้น และทำตอบแทนอย่างลูกทำกับบิดามารดาเหมือนกัน อย่าทำใจจืดใจดำ คนที่ได้รับความช่วยเหลือจากใครแล้ว ทำลืมบุญคุณเขาเสีย คนเช่นนี้จะไม่มีใครเวทนาสงสาร เราไม่ควรจะเอาเยี่ยงอย่าง

---

(๑) *แปลว่ารู้จักบุญคุณที่คนอื่นมีอยู่แก่ตัวแล้ว คิดทำการตอบแทน*

ปัจฉิมทิศ สามี ภริยา



เด็ก ๆ ที่อ่านถึงบทนี้ คงนึกแปลกใจว่าทำไมเอาเรื่องของผู้ใหญ่มาเล่าให้ฟัง ความจริงก็น่าจะนึกแปลก แต่ลองนึกถึงตัวเราก่อนว่าเราจะเป็นเด็กอยู่เช่นนี้เรื่อยไปหรือ คงเป็นเด็กอยู่ไม่ได้ตลอดไป เราต้องโตขึ้นทุกวัน อายุก็มากขึ้นทุกปี เป็นเด็กแล้วก็ค่อยโตขึ้นเป็นหนุ่มเป็นสาวเป็นผู้ใหญ่ เพราะฉะนั้นในบทนี้จะพูดถึงสามีภริยาเป็นเรื่องผู้ใหญ่ เราเป็นเด็กยังไม่ถึงเวลามีสามีภริยาก็ตาม แต่เราเตรียมตัวรู้ไว้ก่อนก็ไม่เห็นเสียหายอะไร กลับจะดีเสียอีก คนที่เขาฉลาดก็เพราะเขารู้เรื่องอะไรต่ออะไรมาก คนโง่ก็เพราะไม่รู้เรื่องอะไร เราไม่อยากให้ใครเรียกว่าคนโง่ เราต้องเรียนให้รู้ ต้องจดจำไว้สำหรับตัวเมื่อโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ โบราณท่านสอนไว้ว่า รู้ไว้ใช่ว่า ใส่บ่าแบกหาม เพราะไม่เป็นของหนักหนาอะไรเลย

คนที่เป็นผู้ใหญ่ยังไม่มีสามีภริยา เขาเรียกว่าคนโสด คือยังไม่มีคู่ครอง ถ้าอยากหาคู่ครอง เขาต้องเลือกหาที่สมควรให้เป็นหลักฐานก่อน เมื่ออยู่ร่วมเป็นคู่ครองกันแล้ว ผู้ชายเขาเรียกกันว่าสามี หรือผัว ผู้หญิงเขาเรียกกันว่าภริยาหรือเมีย ต่างคนต้องปฏิบัติบำรุงเลี้ยงดูรักใคร่นับถือซึ่งกันและกันตามหน้าที่ จะกล่าวถึงสามีก่อน สามีที่ดีจะต้องประพฤติกับภริยาของตนให้สมควรดังนี้คือ

๑. ยกย่องนับถือว่าเป็นภริยาของตัวไม่ปิดบัง แสดงให้ปรากฏเปิดเผยแก่คนทั่วไปว่าหญิงนี้เป็นภริยาของตน ไม่ว่าในหมู่ญาติหรือเพื่อนฝูงตลอดจนในที่ประชุม

๒. ไม่แสดงอาการดูหมิ่นประดุจภริยาเป็นคนเลวทรามต่ำช้า ย่อมยกย่องเสมอกับตนด้วย

๓. ไม่ประพฤตินอกใจ เป็นเจ้าชู้คบค้าสมสู่กับหญิงอื่น หรือความประพฤติที่ไม่ดีอย่างอื่น ไม่พอใจภริยา ก็งด ไม่ฝ่าฝืนกระทำ

๔. ยกย่องให้เป็นแม่เรือน ดูแลกิจธุระบ้านเรือนแทนตัว ยอมให้บังคับบัญชาบ่าวไพร่

๕. ยอมให้ภริยาหาเครื่องประดับตกแต่งได้ตามสมควร พอเหมาะแก่ฐานะ เป็นการแสดงความรักใคร่นับถือ

ส่วนภริยาที่ดี มีความรักใคร่นับถือสามี ควรปฏิบัติหน้าที่ของตนให้สมกัน ดังนี้

๑. ดูแลจัดการงานให้เรียบร้อยดี เป็นหูเป็นตาแทนสามี อะไรควรเสียไม่ควรเสีย ต้องหมั่นจัดหมั่นทำให้สมกับสามียกย่องและไว้วางใจมอบให้เป็นแม่เรือน

๒. ยกย่องนับถือตลอดถึงญาติมิตรของสามีให้เหมือนญาติของตัว มีกิริยาอ่อนน้อม พูดจาอ่อนหวาน ไม่เย่อหยิ่งจองหองด้วยถือว่าสามีรักใคร่

๓. ไม่ประพฤตินอกใจสามี รักใคร่ยินดีเฉพาะสามีของตนเท่านั้น

๔. เก็บงำรักษาทรัพย์สินเงินทองที่สามีหามาได้ไม่ให้หายหกตกหล่น ต้องรู้จักกระเหม็ดกระแหม่ออมสินไว้ ไม่สุรุ่ยสุร่ายหรือเล่นการพนัน

๕. ขยันหมั่นเอาใจใส่ต่อการงานหน้าที่จริง ๆ ไม่เกียจคร้าน หาแต่ความสุขส่วนตัว

สามีภริยาคู่ใดต่างประพฤติตนสมตามลักษณะหน้าที่ของตนดังที่กล่าวมาแล้วนี้ สามีภริยาคู่นั้นจักอยู่ร่วมกันเป็นสุขสบาย ถ้าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งบกพร่อง เป็นเหตุชวนให้เกิดความร้อนใจระหองระแหงกันระแวงใจกันไม่รู้จบ

เราได้อ่านมาแล้วถึงเพียงนี้ คงรู้สึกได้ว่าสามีกับภริยาต่างต้องเอาใจใส่ต่อกันและกันโดยแท้ เหมือนบิดามารดาก็เอาใจใส่ดูแลลูก ลูกก็ต้องเอาใจใส่ตอบแทนบ้าง หรือครูอาจารย์เอาใจใส่ต่อศิษย์ ศิษย์ก็เอาใจใส่ต่อครูอาจารย์ ถ้อยทีถ้อยอาศัยกันเช่นนี้ สามีภริยานี้พระพุทธเจ้าท่านจัดว่าเป็นปัจฉิมทิศ คือทิศเบื้องหลัง เพราะเป็นผู้ที่จะมาเป็นต่อเมื่อเราโตเป็นผู้ใหญ่ ไม่ใช่รีบชิงมีในเวลาเป็นเด็กกำลังเล่าเรียนอยู่นี้ เราต้องจำไว้ให้ดีอย่าริลองหัดเป็นเจ้าชู้เจ้าสาวเวลายังเป็นนักเรียนจะทำให้ท้อถอยการเรียน กลายเป็นเด็กชั่ว

อุปริมทิศ ภิกษุสามเณร



เวลาเช้าตื่นนอนแล้ว เราคงเคยเห็นพระเณร (คือภิกษุสามเณร) เที่ยวบิณฑบาตรตลอดไปแทบทุกถนน มีคนใจบุญนำกับข้าวของกินใส่บาตรถวายท่าน มากบ้างน้อยบ้างตามกำลัง ที่พักที่อาศัยของท่านอยู่ตามวัดต่าง ๆ ที่เราเคยเห็นเคยรู้จักนั้น พวกพระเณรนี้ท่านประพฤติตัวของท่านตามข้อบังคับของพระพุทธเจ้า รวมเรียกว่าศีล พระมีศีลมากกว่าเณร มีขนบธรรมเนียมอย่างหนึ่งต่างหาก ผิดกับพวกเรา ท่านไม่ได้ทำมาหากินเอาเอง ต้องอาศัยชาวบ้านอุดหนุน กิจธุระของท่านมีแต่เล่าเรียนให้รู้ถึงคำสอนของพระพุทธเจ้า แล้วนำมาเทศน์สั่งสอนชาวบ้าน อย่างวันพระ ชาวบ้านไปวัด ประชุมกันฟังเทศน์ตามโบสถ์ ตามศาลานั้น เดี๋ยวนี้เด็กนักเรียนก็ยังได้ฟังพระท่านสอนทุกเดือน ชาวบ้านที่ใจบุญเห็นว่าพระเณรท่านมีศีลมากและนำเอาคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามาชี้แจงให้รู้ ให้เข้าใจดีจึงเคารพนับถือสร้างที่อยู่ที่พักถวายท่านบ้าง ถวายเครื่องนุ่งห่ม ตักบาตร และถวายหยูกยาแก่ท่านบ้างตามควร เพราะเหตุที่ภิกษุสามเณรมีศีลมากกว่าชาวบ้าน และช่วยแนะนำสั่งสอน ชาวบ้านนับถือว่าเป็นผู้มีคุณความดีสูงกว่า เช่นนี้พระพุทธเจ้าจึงทรงเปรียบว่าเป็นทิศเบื้องบน

เราทั้งหลายก็ชื่อว่าเป็นเด็กชาวบ้านคนหนึ่ง ควรรู้สึกเคารพยำเกรงภิกษุสามเณร โดยที่ท่านมีความประพฤติดีกว่าและมีบุญคุณช่วยแนะนำสั่งสอนเรา ตามเยี่ยงอย่างที่บิดามารดาญาติพี่น้องเคยประพฤติต่อท่าน ประพฤติตัวของเราให้อ่อนน้อมสมกับท่านเป็นทิศเบื้องบน ทำความสนิทสนมกับท่าน ไม่ควรกระดากอายหรือเกรงกลัวจนเกินไป เราไม่ได้ทำผิดจะกลัวท่านทำไม หมั่นไปมาหาสู่ฟังท่านสอนท่านเล่าเรื่องของพระพุทธเจ้าให้ฟัง ทำให้เรารู้เรื่องของจรรยาดีขึ้นมาก ยิ่งเราเป็นเด็กนักเรียนมีทางที่จะไต่ถามอะไรท่านได้ดีทีเดียว การที่จะกระทำตนติดต่อกับท่านไม่ลำบากอะไร มีข้อที่ควรกระทำดังนี้ คือ

๑. ช่วยเหลือท่านด้วยกำลังกายของเรา ตามความสามารถที่พอจะทำได้ และทำด้วยความรักใคร่นับถือจริง ๆ

๒. พูดจาอะไรกับท่าน ใช้ถ้อยคำสุภาพอ่อนหวาน ซื่อตรงไม่เอะอะตึงตังหรือมุทะลุ

๓. เอาใจใส่นึกถึงความสุขสบายของท่านบ้าง อย่าคิดรังแก คิดแต่จะทำให้ท่านได้ความสะดวกตลอดไป

๔. หากท่านมาเยี่ยมเยียนถึงบ้าน ควรเต็มใจต้อนรับท่าน จัดที่พัก หาหมากพลูบุหรี่รับรองท่านตามควร ไม่แสดงกิริยารังเกียจ หรือหลบหลีกไปเสียไม่อยากพบปะ

๕. ควรอุดหนุนท่านด้วยเครื่องนุ่งห่ม กับข้าวของกินบ้างตามควร คราวป่วยไข้ช่วยรักษาพยาบาลท่านตามกำลังที่เราพอจะทำได้

เมื่อเราได้ติดต่อคุ้นเคยกับท่านแล้ว ท่านก็มักประพฤติแก่เราดังนี้ คือ

๑. ท่านจะคอยตักเตือนห้ามปรามไม่ให้เราทำความชั่วความเสียหายต่าง ๆ ชี้แจงให้เห็นโทษของความชั่ว เช่นท่านห้ามว่าอย่าหัดเป็นคนเก่งเกเรเดี๋ยวจะไปเที่ยวตบตีคนอื่นบาดเจ็บ เขาฟ้องร้องถูกลงโทษ ปรับเป็นเงินบ้าง ถูกขังคุกบ้าง ดังนี้เป็นตัวอย่าง

๒. ชักจูงเราให้ประพฤติแต่ความดี เช่นแนะนำให้ขยันหมั่นเล่าเรียน ขยันทำมาหากิน เพราะถ้าเราหมั่นเรียนเสียแต่เวลานี้ โตขึ้นจะได้มีวิชาติดตัว คนมีวิชามักรวยเงินทองมีความสุขสบาย

๓. ไม่ว่าท่านจะสั่งสอนอะไรแก่เราหรือทำอะไรให้แกเราก็ตาม ท่านมักทำด้วยความอนุเคราะห์เมตตากรุณาต่อเรา อยากให้เป็นคนดีร่ำรวยจริง ๆ

๔. สิ่งไรที่เราไม่เคยพบเคยฟัง ท่านรู้เห็นแล้ว ท่านก็มักบอกเล่าให้เราได้รู้ได้ฟังบ้าง เป็นเครื่องช่วยให้เรามีความรู้กว้างขวางขึ้น

๕. ข้อความอะไรที่เรายังสงสัยไม่เข้าใจตลอด ได้ถามท่าน ท่านรู้ท่านอธิบายชี้แจงจนเราเข้าใจ นับว่าท่านเป็นเหมือนที่ปรึกษาอย่างสำคัญ

๖. ท่านย่อมแนะนำให้เรารู้จักว่า บาปนั้นคือความชั่ว บุญนั้นคือความดี บาปบุญใครทำก็เป็นของคนนั้น จะแบ่งแจกให้คนอื่นหรือรับแทนกันก็ไม่ได้ ใครทำบาปความชั่วต้องตกนรก คือถูกทำโทษ ถูกติเตียนเอง ใครทำบุญความดีได้ไปสวรรค์ คือได้รับรางวัลได้รับคำชมเชยเอง เมื่อเรารู้เช่นนี้จะได้เลิกทำบาป ทำแต่บุญเสมอ

เมื่อเราคุ้นเคยติดต่อกับภิกษุสามเณร ย่อมได้รับประโยชน์ดังกล่าวมานี้ จึงสมควรที่สุดที่เรากราบไหว้นับถือท่านว่าเป็นทิศเบื้องบน เพราะท่านประพฤติแต่ความดี ไม่ทำตนให้เป็นที่หวาดเกรงแก่ผู้อื่นและแนะนำคนอื่นให้ประพฤติดีตามด้วย แต่ยังมีคนที่เราควรนับถือเหมือนกับทิศเบื้องบนอยู่อีก คือ ปู่ ย่า ตา ยาย ขุนนาง เจ้านาย และพระเจ้าอยู่หัว ปู่ ย่า ตา ยาย ท่านมักเป็นธุระช่วยบิดามารดาเลี้ยงดูเรา ท่านเป็นต้นวงศ์ตระกูลของเรา ขุนนางเจ้านายทำราชการปกครองดูแลรักษาบ้านเมืองให้อยู่เย็นเป็นสุข พระเจ้าอยู่หัว ทรงเป็นใหญ่เป็นหัวหน้าในบ้านเมืองของเรา เราเป็นพลเมือง เป็นราษฎรที่ได้รับความร่มเย็นเป็นสุขสบายทุกวันนี้ ก็เพราะพระเจ้าอยู่หัวทรงเป็นประธานดูแล เหตุนี้เราต้องแสดงความเคารพนับถือท่านเหล่านี้ อย่างเดียวกับท่านเป็นทิศเบื้องบนของเราเสมอไปอีกด้วย จะได้ชื่อว่าเราเป็นเด็กดี รู้จักสัมมาคารวะ เป็นศรีสง่าของตระกูลและโรงเรียน และนับว่าเป็นผู้รักชาติรักศาสนารักพระมหากษัตริย์ของตน เป็นที่น่าเอ็นดูของผู้พบเห็น



กราบขอบพระคุณ

ในการจัดทำหนังสือเล่มนี้ ได้รับความเมตตากรุณาจากท่านเจ้าคุณพระเทพสิทธิมุนี (ญาณสิทฺธิเถร ป.ธ. ๙) พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ วัดมหาธาตุ เพื่อนอกจากให้เป็นไปตามความต้องการของท่านขุนภักดีราชกิจ (เสงี่ยม คามณิยานนท์) ผู้มั่นในการเจริญทาน ศีล ภาวนาแล้ว ยังเป็นการเผยแพร่บทธรรมและการปฏิบัติในด้านวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้พ้นจากกองกิเลสมีราคะ โทสะ โมหะ นับเป็นกุศลกรรมอย่างสูงทั้งผู้ที่ถึงแก่กรรมไปแล้วและผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่

ในการบำเพ็ญกุศลทักษิณานุปทานให้แก่ท่านขุนภักดีราชกิจ (เสงี่ยม คามณิยานนท์) นับแต่ถึงแก่กรรมมาจนกระทั่งรับพระราชทานเพลิงและบรรจุอัฏฐิไว้ในพระเจดีย์ วัดมหาสมณารามนี้ ท่านเจ้าคุณพระราชสุทธิโมลี ท่านเจ้าอาวาสวัดมหาสมณาราม จังหวัดเพชรบุรี ได้ให้ความกรุณาตลอดจนให้การแนะนำจนสำเร็จเรียบร้อยมาด้วยดี และท่านเจ้าอาวาสวัดข่อยก็ได้ให้ความกรุณาในการตั้งศพบำเพ็ญกุศลและการเก็บศพตลอดมาด้วย นับว่าพระคุณเจ้าทั้งสองนี้ได้มีเมตตาคุณแก่ทั้งผู้ที่ถึงแก่กรรมไปแล้ว และแก่ญาติพี่น้องที่ยังมีชีวิตอยู่เป็นอย่างมาก

อนึ่งนับแต่ท่านขุนภักดีราชกิจ (เสงี่ยม คามณิยานนท์) ได้ถึงแก่กรรมลง นำศพมาตั้งสวดพระอภิธรรม บำเพ็ญกุศลทักษิณานุปทาน จนกระทั่งถึงเวลารับพระราชทานเพลิงศพ และบรรจุอัฏฐินั้น ได้มีพระสงฆ์ ญาติมิตรตลอดจนท่านผู้ใหญ่ทั้งฝ่ายทหารตำรวจและผู้ปกครองท้องถิ่นต่าง ๆ กรุณามาร่วมงานกันคับคั่ง นอกจากจะแสดงถึงความรักใคร่นับถือระลึกถึงแล้ว ยังเป็นการให้เกียรติยศแก่ท่านขุนภักดีราชกิจเป็นอย่างมากอีกด้วย บรรดาบุตรภรรยาและญาติที่เป็นเจ้าภาพนี้ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างมาก หากในการจัดงานตั้ง

แต่ต้นจนเสร็จงานโดยสมบูรณ์นี้มีสิ่งใดบกพร่องไม่เรียบร้อยประการใดทั้งทางตรงและทางอ้อมแล้ว ขอพระคุณเจ้าและท่านผู้มีเกียรติทั้งหลายได้กรุณาให้อภัยด้วย และมีสิ่งใดซึ่งอยู่ในวิสัยที่คณะเจ้าภาพนี้สามารถที่จะปฏิบัติสนองความต้องการได้แล้ว ขอรับงานนั้นด้วยความยินดีและเต็มใจทุกโอกาส.

ภรรยา บุตร ธิดา และหลาน

ของท่านขุนภักดีราชกิจ

๓๐ เมษายน ๒๕๑๕

พิมพ์ที่ บริษัท บพิธ จำกัด (แผนกการพิมพ์) 66 ถนนราชบพิธ นครหลวงฯ โทร. 225555
นายยอดยิ่ง โสภณ ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา 2515

พุทฺโธ ธมฺโม จ สงฺโฆ จ โลก นาโถ วโร สิยา

พระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า

เป็นที่พึ่งของสัตว์โลกอันประเสริฐ ซึ่งเราต้องเคารพนับถือกราบไหว้ทุกค่ำเช้า